

ВОСПИТАНИЕ

С ЛЮБОВЬЮ И ПОНИМАНИЕМ

ДЖЕЙМС ДОБСОН

МОЙ МАЛЕНЬКИЙ БУНТАРЬ

КАК ВОСПИТЫВАТЬ
РЕБЕНКА
«С ХАРАКТЕРОМ»

«Доктор Джеймс Добсон предлагает родителям мудрые и практичные советы по воспитанию «трудных» детей, проверенные многолетним опытом и научными исследованиями».

GOODREADS



Джеймс Добсон
Мой маленький бунтарь
*Как воспитывать ребенка «с
характером»*

Dr. James Dobson
NEW STRONG-WILLED CHILD
Copyright © 1978, 2004 by Dr. James Dobson
Originally published in English in the U.S.A.

© Елена Колосова, перевод на русский язык, 2019
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2019

* * *

Из этой книги вы узнаете:

- чем дети-бунтари отличаются от обычных детей
- как быть авторитетом для ребенка, который не признает власть
- почему дети-бунтари успешны во взрослой жизни
- можно ли наказывать ребенка, не травмируя его и себя
- как воспитывать братьев и сестер с разными характерами

Эта книга с любовью посвящается моей покойной матери, обладавшей глубоким даром понимания детей. Она подсознательно чувствовала, что такое дисциплина, и научила меня многому из того, о чем рассказано здесь. Она совершила поистине невозможное, воспитав меня таким, каков я есть. Меня ставит в тупик только один вопрос: почему моя непоколебимая мама стала такой снисходительной, как только мы сделали ее бабушкой?

Предисловие

В 1978 году, перед тем как вышло первое издание книги «Мой маленький бунтарь», в моей карьере произошли серьезные перемены. Я оставил профессорский пост на медицинском факультете Южно-Калифорнийского университета, где несколько лет был доцентом кафедры клинической педиатрии. Это решение стало результатом моей растущей тревоги о том, что институт семьи разрушается быстрыми темпами. Я понимал, что должен этому помешать. Поэтому я оставил свое насиженное гнездышко ради скромного, практически не приносящего прибыли проекта под названием «Семья в центре внимания» и дал старт радиопрограмме, поначалу транслируемой на тридцати четырех станциях. Честно говоря, я не был уверен, зазвонит ли когда-нибудь мой телефон.

Сегодня, спустя более тридцати лет, программу и ее версии ежедневно слушают 220 миллионов человек на 7300 радиостанциях в 160 странах мира. Ее штат состоит из 850 сотрудников, убежденных в важности сохранения семьи. Ежемесячно свыше 200 тысяч слушателей и читателей звонят и пишут нам; многие спрашивают, как воспитать здоровых и уравновешенных детей. Я встречаю матерей и отцов, чья судьба волновала нас на протяжении всех этих лет, – одни улыбаются и рассказывают о своих детях, у других слезы на глазах. Многие благодарят за то, что мы помогли им вырастить детей. Это приносит мне самое большое удовлетворение, и личное, и профессиональное.

Одним из проектов, за который я принялся сразу после ухода из университета, было первое издание этой книги. Как видно из названия, в ней рассматриваются доминантные черты характера мальчиков и девочек и то, что влияет на их поступки. Особый интерес для меня представляет характеристика, которую я называю «прочность воли».

Кажется, некоторые дети уже родились добродушными и покладистыми, и процесс воспитания приносит им радость. В грудном возрасте они редко капризничают, со второй недели спят не просыпаясь всю ночь и гуляют с бабушками и дедушками. Они улыбаются, когда им меняют подгузники, и спокойно ждут

запоздавшего кормления. Никто из них не срыгивает по дороге в церковь. Став старше, они обожают поддерживать порядок в своей комнате и с огромным удовольствием делают уроки. Таких суперпокладистых детей мало, но они все же встречаются в некоторых семьях (хотя, увы, не у нас).

По той же неизвестной причине, по которой одни дети бывают покладистыми от природы, другие как будто бросают миру вызов еще в утробе. Они рождаются чуть ли не с сигарой во рту, пронзительным криком выражают недовольство температурой в родовой палате, некомпетентностью медицинского персонала и тем, как врачи руководят процессом. Задолго до рождения детей-бунтарей их мамочки чувствуют: что-то не то творится внутри, словно их чада вырезают свои инициалы на стенках матки. В младенчестве такие дети бурно протестуют, если питание запаздывает, и требуют, чтобы их целый день носили на руках. Три часа ночи у них любимое время для игр. Научившись ходить, они сопротивляются любой форме принуждения. Самое большое удовольствие для них – разрисовать ковер маминой косметикой или попытаться спустить кота в унитаз. Расстроенные родители не могут понять, где они допустили ошибку и почему их растущее чадо ведет себя так. Им срочно нужен совет: что делать дальше?

Это стало темой моей книги в 1978 году. С тех пор прошли годы, и безжалостные дети, о которых я писал, совершили увлекательное путешествие из младенчества в подростковый возраст и далее, во взрослую жизнь. У большинства из них сейчас свои дети с характером – что, если задуматься, довольно смешно. В детстве они изрядно попортили родителям жизнь, но, как говорят, не плюй в колодец. Новоиспеченные мамочки и папочки теперь получают свое – их деткам прекрасно удается поиграть у них на нервах. Те родители, которым была адресована моя первая книга, наверняка теперь стали либеральными бабушками и дедушками, как и моя мама после рождения внуков. Так, от поколения к поколению, повторяется жизненный цикл, где каждый член семьи играет условленную роль, как будто абсолютно новую, но в действительности уходящую корнями в античную древность.

Поэтому я с удовольствием возвращаюсь к теме, волновавшей меня всю жизнь. Почти три миллиона экземпляров книги «Мой маленький

бунтарь» разошлись на десятках языков по всему миру. Недавно мне стало ясно, что пора переработать текст. Появилось много новой информации с тех пор, как я впервые изложил свои мысли на бумаге (да, именно на бумаге – я писал первую рукопись карандашами на желтых блокнотных листах, которые потом склеивал в десятиметровые свитки. По непонятным причинам я не печатал на компьютере почти до конца XX столетия).

Почему же потребовалось переписать книгу более чем двадцать пять лет спустя? Нет, не потому, что природа детей изменилась с семидесятых годов прошлого века. Дети есть дети и всегда ими будут. Но научное понимание врожденного темперамента маленьких людей сейчас намного глубже, чем это было два или три десятилетия назад. Некоторые недавние открытия обязаны глубоким исследованиям в области развития детей, и я поделюсь с вами их заключениями.

Награды за хорошую работу по воспитанию стоят вложенных в нее крови, пота и слез.

Например, когда я впервые сел писать об этом, исследование синдрома дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ), или просто «гиперактивности», как это тогда называлось, находилось только в начальной стадии. В те дни было мало известно о синдроме и еще меньше – о том, что с ним делать. С новыми данными об этом и о других факторах развития пришло время изменить наш взгляд на детей с характером и на то, как их лучше воспитывать. Прошедшие годы вовсе не опровергают мой основной труд, а, наоборот, подтверждают принципы, которые я описывал, будучи начинающим психологом и преподавателем.

Другая причина, по которой я решил пересмотреть «Моего маленького бунтаря», заключается в том, что у меня появился богатый опыт работы с семьями. Кроме того, необходимо сравнить успешные и неудачные подходы к проблеме. В новом издании я привожу старые и новые методики в надежде, что они помогут и поддержат не только сегодняшних, но и завтрашних родителей. Кто знает? Может, буйные мальчишки и девчонки в далеком будущем прочтут эти строки,

отчаянно ища совета в том, как воспитывать собственных непослушных малюток. Я надеюсь на это.

Воспитание – сложная задача, особенно в наше время, когда идет напряженная борьба общества и родителей за сердца и умы детей. Для этого требуется мудрость Соломона и решительность олимпийского чемпиона. Общеизвестно, что этот труд со стороны выглядит намного легче, чем на самом деле. Самонадеянные родители, особенно те, кто впервые столкнулся с этой ответственностью, напоминают мне человека, наблюдающего за игрой в гольф в первый раз. Он думает: *«Все просто. Нужно только выбить тот маленький белый мяч в направлении флажка»*. Потом он подходит к колышку, замахивается клюшкой и отправляет «маленький белый мяч» на девять футов левее. *«Может быть, – говорит он себе, – я должен резче замахиваться. Так делает профессионал»*. Но чем резче он ударяет по мячу, тем грубее играет.

То же самое происходит с растущим ребенком. Родителей упрямых детей повсюду ожидают ловушки и препятствия. Этим мамам и папам нужен «хорошо спроектированный» игровой план для неизбежных сражений, которые ждут их дома. Без такого плана им придется брести к цели путем проб и ошибок.

Вот пример из жизни моего друга, работавшего в молодости экскурсионным пилотом. Однажды он возвращался на базу в маленький сельский аэропорт на своем одномоторном самолете. К несчастью, он долго ждал разрешения на взлет и добрался до места, когда солнце уже спряталось за гору. К тому моменту, когда он развернул самолет, чтобы приземлиться, посадочная полоса скрылась в тумане. Не было ни огней, освещающих полосу, ни дежурного в аэропорту. Мой друг сделал еще один круг над полем в попытке приземлиться, и тут наступила кромешная темнота. Два жутких часа он кружил в ночи, понимая, что его ждет неминуемая гибель, как только в самолете закончится горючее. И когда его уже охватила паника, свершилось чудо. Кто-то на земле услышал гул мотора самолета и догадался о его проблеме. Этот добрый человек стал ездить взад-вперед на машине, показывая моему другу расположение взлетно-посадочной полосы, а потом освещал ее светом фар с дальнего конца поля, пока самолет приземлялся.

Я вспоминаю эту историю, когда приземляюсь по ночам на коммерческих самолетах. Глядя вперед, я вижу вдоль взлетно-посадочной полосы зеленые огни, указывающие командиру экипажа, куда направлять самолет. Если он останется между освещенными границами, все будет хорошо. Несчастье таится слева и справа от них.

От поколения к поколению повторяется жизненный цикл, где каждый член семьи играет условленную роль.

Так же обстоит дело и с нелегкой задачей воспитания ребенка. Родителям нужны сигнальные огни – надежные знаки, которые высвечивают безопасную зону. Два направляющих принципа гениально просты: это – *любовь* и *контроль*. Если родители понимают и правильно применяют их, то взаимоотношения с детьми, скорее всего, сложатся здоровыми, несмотря на неизбежные ошибки и промахи.

Но будьте осторожны! Часто бывает трудно сохранить равновесие в любви и контроле, когда дело касается настырных детей. Существует соблазн перекося в одну из сторон: доведенного до белого каления гнева и деспотичности или вседозволенности и свободы поведения. Почему? Потому что постоянные битвы, в которые бросаются эти дети-смутьяны, делают из родителей горлопанов и тиранов или приводят к тому, что ребенку разрешают руководить взрослыми. Для детей опасность таится по обе стороны «полосы». Так или иначе, если родительский самолет терпит крушение, он врежется в кукурузное поле с непредсказуемыми последствиями. Мы обсудим это в книге.

Цель книг – и первой, и второй – обеспечить сейчас и в будущем понимание, способствующее грамотному отцовству и материнству. Мы особо разберем вопрос дисциплины для маленьких бунтарей, трудно поддающихся воспитанию.

Награды за хорошую работу по воспитанию стоят вложенных в нее крови, пота и слез. Мои дети уже взрослые, и то, кем они стали, – главное достижение моей жизни. Я расскажу об этом позже.

Ну что ж, начнем. Надеюсь, эта книга поможет осветить полосу для родителей, которые пытаются указать детям путь на темной дороге.

Джеймс Добсон, доктор философии

Глава 1

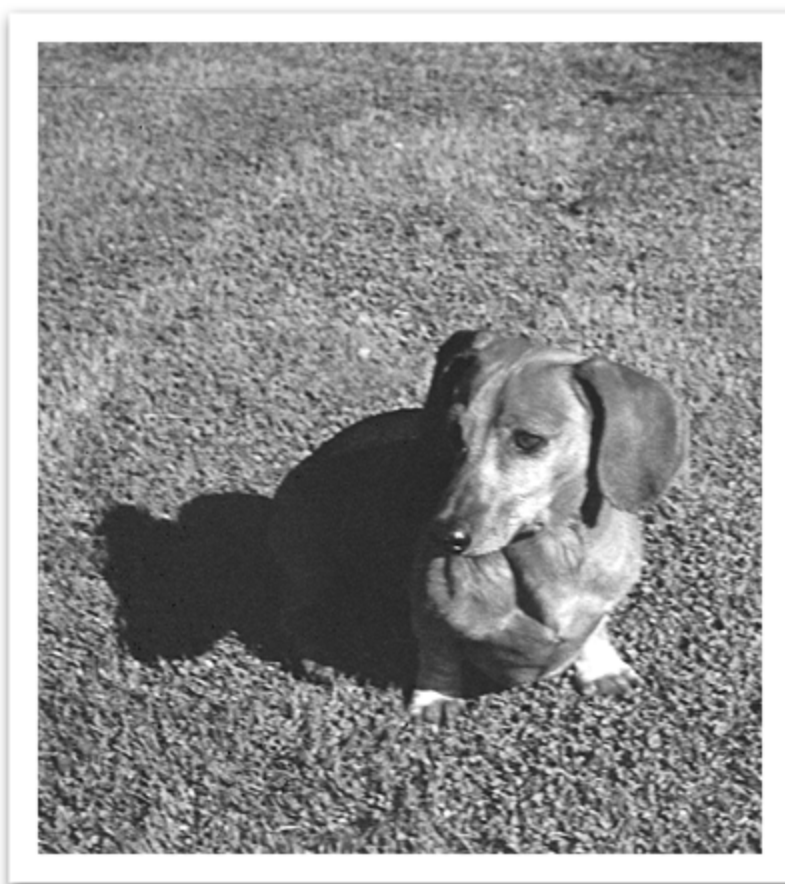
Неукротимая сила воли

Было время, когда семейство Добсонов состояло из матери, отца, мальчика, девочки, хомячка, попугайчика, одинокой золотой рыбки и двух котиков-неврастеников. Мы все жили в относительной гармонии, минимально соперничая и конфликтуя. Но был еще один член семьи, не такой приятный и уживчивый. Я говорю о Зигмунде Фрейде, или Сигги, – упрямом, весом более пяти килограммов псе породы такса, который свято верил, что он главный. Я слышал, что все таксы склонны к независимости, но Сигги был отъявленным революционером. Он не был испорченным или злым, он просто хотел всем управлять. Мы (он и я) боролись за власть на протяжении всей его жизни.

Сигги был не только упрямым, но и самым ленивым в семье. В холодное утро он не приносил в дом газеты с улицы, отказывался бегать за мячом, брошенным детьми, и не гонял сусликов из сада. Он не делал ничего из того, что умеет большинство воспитанных собак. Увы, Зигмунд не проявил интереса ни к одной из самообразовательных программ, которые я придумал для него. Он вполне довольствовался тем, что проводил свои дни, орошая, обнюхивая и облаивая все, что двигалось.

Зигмунд не был даже хорошим сторожем. Это подтвердилось, когда к нам на задний двор в три часа ночи проник вор. Я крепко спал, но неожиданно проснулся, встал с кровати и пошел по дому на ощупь, не включая свет. Я знал: на веранде кто-то есть, и Зигмунд знал это тоже. Этот трус прижимался к полу позади меня. Несколько секунд я прислушивался к стуку своего сердца, а потом потянулся к ручке задней двери. В этот момент калитка за домом тихо открылась и закрылась. Кто-то стоял в трех футах от меня и ковырялся в моем гараже. Зигмунд и я немного поспорили в темноте, и я решил, что ему следует выяснить, в чем дело. Я открыл дверь и приказал псу: «Взять!» Но, похоже, «взяли» его. Он так трясся от страха, что я не смог даже выпихнуть его за дверь. Из-за возни и шума нежданный гость сбежал (на радость мне и собаке).

Поймите меня правильно: Сигги был членом нашей семьи, и мы искренне любили его. Несмотря на его анархическую сущность, я все же научил его выполнять несколько простых команд. Тем не менее потребовалось несколько баталий, прежде чем он с неохотой признал мое главенство. Самое большое противостояние случилось, когда я уезжал в Майами на трехдневную конференцию. Я вернулся и обнаружил, что, пока меня не было дома, Сигги возомнил себя боссом. До вечера я не понимал, как близко к сердцу он принял повышение в должности.



В одиннадцать часов я приказал Сигги отправляться спать на место, которое представляло собой огороженное пространство в гостиной. Шесть лет подряд в конце дня я отдавал ему этот приказ, и шесть лет пес подчинялся. Однако на этот раз он не сдвинулся с места. Он засел в ванной, удобно устроившись на покрытой мехом крышке унитаза. Это было его любимое место, где можно было греться у электрической

батареи. Однажды ему пришлось усвоить жестокий урок: важно, чтобы *крышка была закрытой*, когда он вздумает запрыгнуть на унитаз. Я никогда не забуду тот день, когда он с грохотом ворвался в дом с холода и пронесся по дому, а потом чуть не утонул, но я успел его выловить.

Дети с сильной волей редко принимают лидерство взрослых безоговорочно. Сначала его нужно проверить и выяснить, заслуживает ли оно уважения.

В тот вечер я приказал Зигмунду оставить теплое насиженное местечко и отправляться спать. Но пес прижал уши и медленно повернул голову в мою сторону. Он еще крепче вцепился лапой в крышку, потом сгорбился, обнажил клыки и издал свой самый грозный рык, который означал: «Проваливай!»

Я видел такое вызывающее поведение раньше и понимал, что меня ждет. Единственным способом призвать Сигги к послушанию была угроза порки. Ничто другое не помогало. Я подошел к встроенному шкафу и достал небольшой ремень, чтобы «вразумить» старину Сигги. Жена рассказала мне, что, как только я вышел из ванной, Сигги соскочил со своего пьедестала и заглянул в холл, чтобы выяснить, что я делаю. Потом он спрятался за ее ногами и зарычал.

Вернувшись с ремнем в руках, я еще раз приказал злому псу отправляться спать. Но тот упирался, и я отвесил ему сильный шлепок по задку. Сигги попробовал схватить зубами ремень. Я снова хлестнул его, и он попытался укусить уже меня. Что было потом, невозможно описать. Я и маленькая собака сошлись в самой жестокой схватке, когда-либо происходившей между человеком и зверем. Я отгонял его то от одной, то от другой стены. Мы оба царапались, выпускали когти и рычали. Мне до сих пор неловко вспоминать эту сцену. Я оттеснял его в сторону гостиной. Финальным отчаянным маневром Сигги запрыгнул на диван и забился в угол, чтобы устрашающе порычать оттуда. В конце концов я загнал его на место, но только потому, что был тяжелее пса почти в семнадцать раз!

На следующий вечер я ждал новой осадной битвы перед отходом Сигги ко сну. Однако, к моему удивлению, он выполнил команду с первого раза, засеменя в гостиную в полном послушании. Больше

между Сигги и мной никогда не возникало «смертельного» противостояния.

Теперь мне понятно, что говорил Сигги на собачьем языке в тот первый вечер: «Не думаю, что ты достаточно крут, чтобы заставить меня подчиняться». Возможно, вам покажется, что я сильно очеловечиваю поведение собаки. Но ветеринары подтвердят, что некоторые породы, в особенности таксы и овчарки, не принимают лидерства хозяев до тех пор, пока статус человека-хозяина не пройдет проверку огнем и мечом. Я понял это в решительной схватке с Сигги, и мы оставались хорошими друзьями до конца его жизни.

Эта книга не о воспитании собак. Но один важный момент в моей истории касается и детей. Собаки время от времени бросают вызов своим хозяевам, и дети склоны делать то же самое по отношению к родителям, но гораздо чаще. Это наблюдение демонстрирует характеристику человеческой природы, упущенную многими авторами книг о дисциплине. Когда я начал писать об этом двадцать пять лет назад, едва ли родители и воспитатели знали хоть что-то об адекватном понимании борьбы – конфронтации сил, – которую так любят дети с сильной волей. Они редко принимают лидерство взрослых безоговорочно. Сначала его нужно проверить и выяснить, заслуживает ли оно уважения. Это одна из самых неприятных сторон в воспитании, которую большинству родителей приходится для себя открыть.

Иерархия силы и смелости

Но почему некоторые дети, особенно с характером, отличаются таким воинственным темпераментом? Один из самых простых ответов (в Главе 3 приводится более полное объяснение): в этом сказывается их восхищение силой и смелостью. Они не подчиняются родительским наставлениям с единственной целью – проверить твердость тех, кто за них в ответе. Почему? Да потому, что их очень волнует тема «кто круче всех». Этим объясняется популярность супергероев детского фольклора – Робин Гуда, Тарзана, Человека-Паука и Супермена. По той же причине дети часто хвастаются: «Да мой отец навалит твоему!» (Один ребенок бросил в ответ: «Ну и что, моя мама тоже может ему навалить!»)

Когда дети переезжают на новое место или переходят в другую школу, они обычно вынуждены сражаться (либо словами, либо кулаками), чтобы занять место на иерархической лестнице. Уважение к власти и силе толкает их на выяснение, насколько тверды их лидеры. Таким образом, будь вы родитель, бабушка или дедушка, вожатый бойскаутов, водитель школьного автобуса или учитель – могу гарантировать, что рано или поздно кто-нибудь из детей, находящихся под вашей опекой, выступит против вас. Как пес Сигги перед сном, он скажет вам в свойственной ему манере: «Я не считаю тебя достаточно крутым, чтобы заставить меня подчиняться тебе». В этот момент вам лучше быть готовым доказать, что он не прав, иначе вызовы будут возникать снова и снова.

В эту дерзкую игру, которую я называю «Брось вызов боссу», малыши играют на удивление умело. Один отец рассказывал мне, как он взял на баскетбольный матч трехлетнюю дочь. Девчужке было интересно в зале все, кроме самой игры. Папа разрешил ей свободно бродить и залезать на трибуны, но четко определил границы, которые нельзя нарушать. Он взял ее за руку и подвел к полосе, нанесенной краской на полу в зале: «Ты можешь играть в здании, где хочешь, Дженни, но не заступай за эту линию». Не успел он вернуться на свое место, как малышка ринулась на запретную территорию. На секунду она остановилась перед границей, затем бросила через плечо насмешливый взгляд на отца и нарочно поставила ногу за линией, словно говоря: «Ну и что ты теперь сделаешь?» Практически каждый родитель когда-нибудь сталкивается с таким вопросом.

Вся человеческая раса страдает от упрямого неповиновения, продемонстрированного этой трехлеткой. Ее поведение не сильно отличается от безрассудного поступка Адама и Евы в Райском саду. Бог разрешил им есть все, кроме запретного плода («не заступай за линию»). И все же они бросили вызов Всемогущему, намеренно не повинаясь Его приказу. Возможно, в тяге к своеволию и заключается сущность первородного греха, совершенного человеческой семьей. Это объясняет, почему я призываю правильно реагировать на неповиновение в детстве. Ибо бунтовщик рискует посадить семя собственного несчастья. Сорняк, который прорастет из него, грозит оказаться терновым кустом в подростковом возрасте.

Когда родитель игнорирует детскую дерзость, что-то меняется в отношениях. Дети начинают смотреть на родителей с неуважением; те становятся недостойными детской преданности. Более того, ребенок не понимает, почему родители позволяли ему так себя вести, если действительно любят его. Основной парадокс детства в том, что мальчики и девочки хотят быть ведомыми родителями, но требуют, чтобы матери и отцы заслужили право руководить ими.

Для читателей, не имевших опыта подобных столкновений, я расскажу, что представляет собой типичный упрямый ребенок. Появившись на свет, он обманчиво похож на своего более покладистого брата или сестру. Он весит три двести и всецело зависит от тех, кто за ним ухаживает. Собственно, он не прожил бы и двух дней, если бы они не заботились о нем. Слабые ручки и ножки беспорядочно машут во все стороны. Трогательная картина невинности и ранимости!

Но разве не удивительно то, что мы видим спустя двадцать недолгих месяцев после такого начала? Малыш весит больше одиннадцати килограммов и вечно рвется что-нибудь сделать. Ребенок, который не мог удержать бутылочку почти два года назад, теперь дерзко смотрит в лицо папе весом в девяносто килограммов и говорит ему, куда бы тот пошел. Какая наглость! Очевидно, маленький человечек где-то в глубине души требует руководства собой и будет изо всех сил добиваться его всю оставшуюся жизнь.

Когда наши дети были маленькими, мы жили рядом с одним из таких необузданных созданий. В то время ему было всего три года, но он уже измучил свою мать. Соревнование «кто сильнее» закончилось его победой. О его развязной манере разговаривать с матерью и другими в округе ходили легенды.

Однажды моя жена наблюдала, как он катался на трехколесном велосипеде у своего дома, а потом выехал на проезжую часть. Это вызвало панику у матери мальчика. Мы жили возле поворота, из-за которого на высокой скорости выскакивали машины. Женщина выбежала из дома и догнала сына, катившего по шоссе. Она схватила руль и развернула велосипед обратно. И тут он разошелся.

«Убери свои грязные руки с моего велосипеда!» – визжал он. Его глаза сузились от злости. Ширли наблюдала за этой сценой и не верила своим глазам: женщина сделала то, что ей приказали. Жизнь ребенка

была в опасности, а у матери не хватало смелости заставить его повиноваться. Он продолжал катиться по проезжей части, а мать шла следом в надежде на лучшее.

Как могло случиться, что крошечный мальчик трех лет отроду смог так запугать тридцатилетнюю мать? Очевидно, у нее не было ни малейшего представления, как справляться с ним. Он был сильнее ее, и они оба это знали. Эта мягкая женщина произвела на свет мальчика с железной хваткой – он кидался в драку с любым, кто пытался обуздать его. Конечно, физические и эмоциональные силы матери медленно таяли от его выходок. Мы потеряли эту семью из виду, но я уверен, что в подростковом возрасте этого ребенка было на что посмотреть.

Урок в супермаркете

Размышляя о характеристиках послушного и дерзкого ребенка, я искал подходящий пример, чтобы показать, насколько разнообразны движущие силы человеческих темпераментов. И я нашел аналогию в супермаркете. Представьте, что вы находитесь в бакалейном отделе и толкаете тележку вдоль прохода. Она ровно катится около трех метров и постепенно останавливается. Вы в хорошем расположении духа продолжаете двигаться по проходу, складывая супы, кетчуп и хлеб в тележку. Шопинг в бакалейном отделе – простое дело, и даже когда тележка переполнена продуктами, вы можете направлять ее одной рукой.

У некоторых детей перекошены колеса! Они не хотят двигаться в указанном направлении, потому что собственные предпочтения толкают их в другую сторону.

Но покупка продуктов не всегда бывает такой безмятежной. Например, вы берете тележку, коварно поджидающую вас на парковке перед магазином. Вы толкаете это глупое творение вперед, а оно сворачивает влево и врезается в стеллаж с бутылками. Не смиряясь с поражением в схватке с пустой тележкой, вы изо всех сил налегаете на ручку, стараясь удержать судно по курсу. Но оно, видимо, живет

своей жизнью, потому что сначала врезается в яйца, а потом резко откатывается на охваченную ужасом бабушку в зеленых теннисных туфлях. Вы пытаетесь выполнить ту же задачу, с которой так легко справились на прошлой неделе, но сегодня она больше похожа на смертельную битву. Вы уже совершенно обессилены, когда подкатываете тележку к кассам.

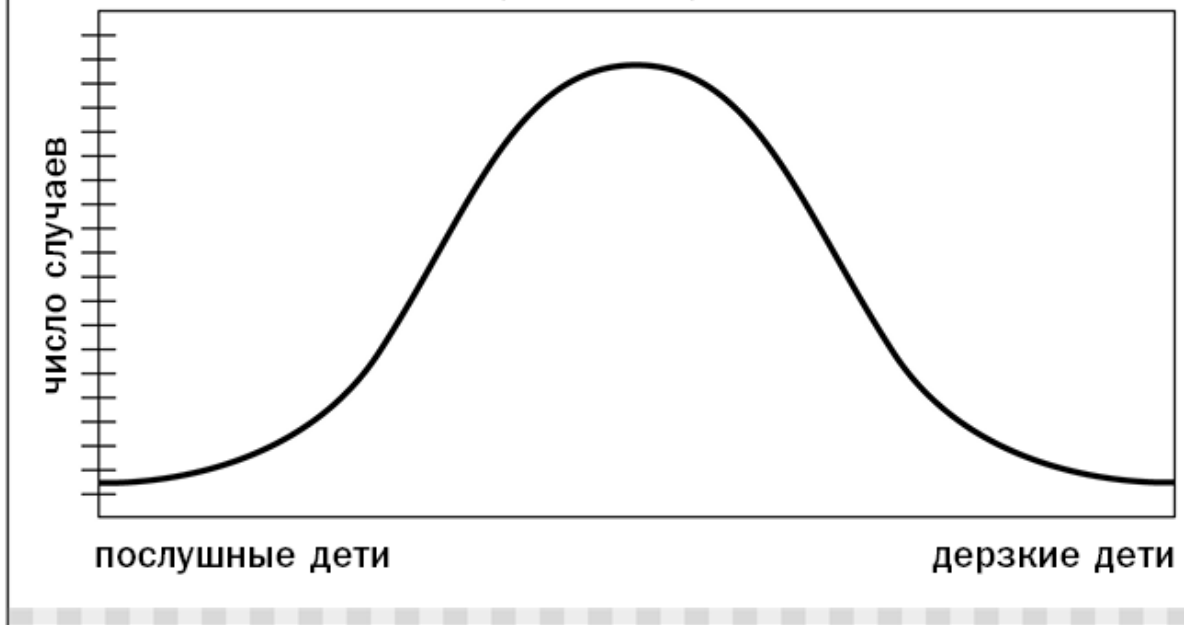
Чем же отличаются две магазинные корзины? Вероятно, тем, что у одной – ровные, хорошо смазанные колеса, которые легко двигаются в заданном направлении. У другой же они кривые и гнутые, отчего тележка катится совсем не туда.

Вы поняли, в чем смысл? Мы можем столкнуться с этим. У некоторых детей перекошены колеса! Они не хотят двигаться в указанном направлении, потому что собственные предпочтения толкают их в другую сторону. Более того, родитель, изо всех сил «толкающий тележку», прикладывает в семь раз больше усилий, чем тот, у кого ребенок «с ровными колесами». (Только родители непослушных детей могут оценить силу этого примера.)

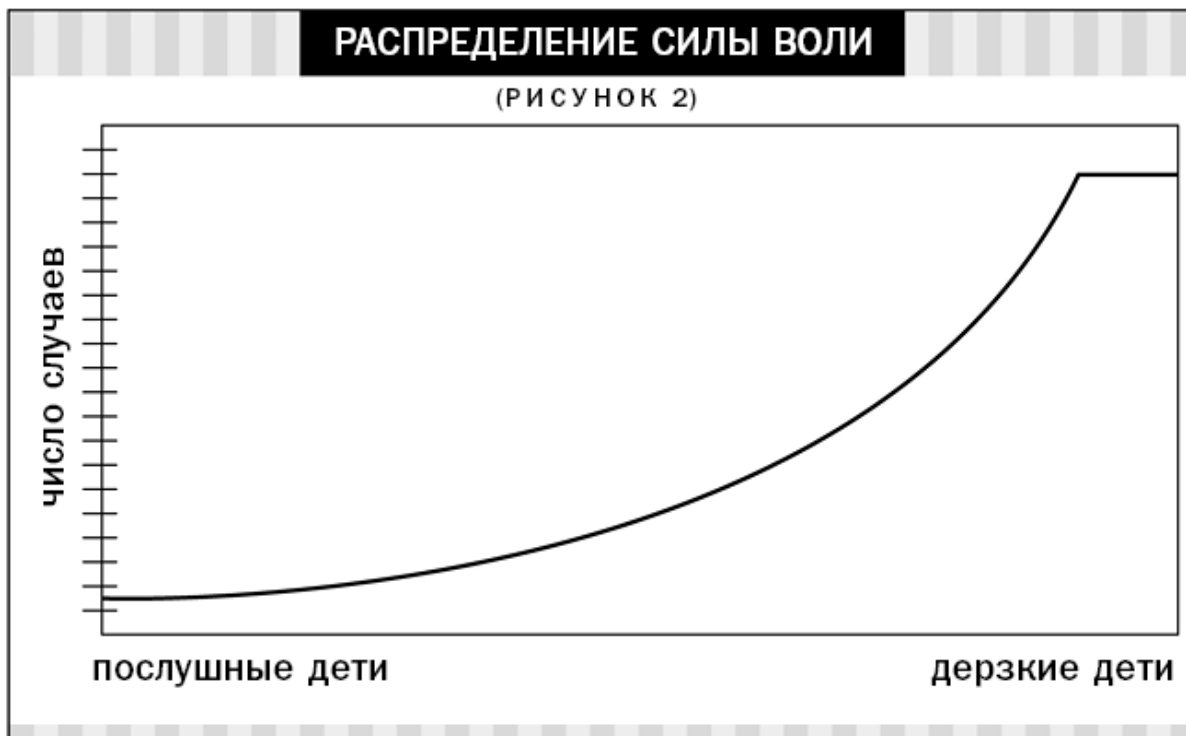
Но как сила воли распределяется между детьми? Моя изначальная догадка склонялась к графику типичной колоколообразной кривой. Я предположил, что с одной стороны социальной среды возникает относительно малое число очень послушных детей, а с другой – точно такое же количество детей с вызывающим поведением. Остальные, составляющие большинство, вероятно, попадут в среднюю часть графика распределения, как это показано на рисунке.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ СИЛЫ ВОЛИ

(РИСУНОК 1)



Однако, опросив по крайней мере 100 тысяч измученных родителей, я убедился, что мои предположения были ошибочными. Истинная расстановка сил выглядит скорее так:



Только не надо принимать мое наблюдение слишком буквально. Может быть, это только *кажется*, что большинство годовичков – убежденные анархисты. Более того, существует некий феномен в родственных отношениях братьев и сестер, который я никогда не мог объяснить. Если в семье двое детей, то один, скорее всего, рождается послушным, а другой – бунтарем. Никто не знает, почему это работает именно так. Вот они, появившиеся у одних родителей, но непохожие, как с разных планет. Один ласково прижимается к тебе, а другой пинает ногой в живот. Один – душа от природы, другой сносит все на своем пути, как горячая лава. Один следует указаниям, другой раздает их. Совершенно очевидно, что они маршируют под разные барабаны.

Известно, что один из бывших президентов США, Франклин Рузвельт, в детстве был упрямым ребенком и вырос очень волевым человеком. В детстве он натянул незаметный шнурок поперек верхних ступеней лестницы. Как и ожидалось, няня с ужином на подносе споткнулась и красочно скатилась вниз. История умалчивает, какое наказание получил ребенок за столь злобную выходку. Однако нам известно, что Франклин был очень властным со своими сверстниками и любил побеждать во всем. Когда его однажды отругали за то, как он

ведет себя с другими детьми, он ответил: «Мамочка, если б я не приказывал, ничего бы не делалось»^[1]. В этом суть ребенка с сильной волей.

Различия в темпераментах часто создают серьезные проблемы внутри семьи. Ребенок с характером постоянно сталкивается с вопросами дисциплины, ему грозят пальцем, в то время как его братик, маленький ангел, полирует свой нимб и купается в родительском одобрении. Они противостоят друг другу из-за несходства характеров и могут всю жизнь царапаться и кусаться. (Глава 9 предлагает решения для проблемы конфликтов и братского соперничества.)

Я описал подход трудных детей к жизни. Давайте теперь посмотрим на покладистого ребенка, который главным образом старается угодить родителям. Ему необходимы их похвала и одобрение; его личность во многом формируется желанием заслужить их любовь и признание. Одно слово недовольства или даже слегка нахмуренный взгляд родителей могут расстроить его. Он любит, а не сражается.

Несколько лет назад я разговаривал с матерью одного из таких приятных детей. Ее волновали проблемы, с которыми ребенок сталкивался в саду, – над ним издевались более агрессивные дети, а он не мог за себя постоять. Каждый день, когда мама приходила забрать его, он был снова побит и обижен злыми мальчишками. Даже девочки присоединялись к насмешкам над ним.

«Ты должен защищать себя! – говорила мама снова и снова. – Эти дети будут продолжать бить тебя, пока ты не заставишь их прекратить!»

Каждый день она убеждала своего любимого мальчика стать более напористым, но это противоречило его природе. Наконец его отчаяние стало таким сильным, что он решил проявить смелость и последовать совету матери. Однажды утром по дороге в сад он сказал: «Мам, если они опять ко мне полезут, я... я... я их всех побью! Не сильно».

Темперамент ребенка складывается до рождения, а не воспитывается и поощряется. Он заявляет о себе достаточно рано.

Как можно побить кого-то «не сильно»? Я не знаю, но для этого доброго ребенка в его словах был заложен глубокий смысл. Он не хотел прибегать к силе большей, чем требовалось, чтобы выжить. Почему? Потому что он был миролюбивым от природы. Родители не учили его этому. Чувство было врожденным.

Впрочем, совсем не обязательно послушный ребенок будет малодушным и бесхребетным. Но нам важно понять его природу и то, чем он отличается от своего родного брата. Разница между ними не в уверенности в себе, желании рисковать, незаурядности или в других позитивных чертах. Скорее, дело в силе воли – стремлении некоторых детей сопротивляться власти и прокладывать свой путь по сравнению с теми, кто хочет быть ведомым. Я полагаю, темперамент ребенка складывается до рождения, а не воспитывается и поощряется. Он заявляет о себе достаточно рано.

Кстати, есть еще один тип темперамента, и родители быстро начинают его распознавать. Этим детей нельзя назвать дерзкими – по крайней мере, их уверенность в себе не выражается в стремлении к независимости или агрессии. Вопрос в тактике. Они редко оспаривают авторитет родителей и учителей напрямую, но тем не менее они своенравны. Я называю их «коварными». Родители таких детей считают, что с ними все в порядке, но в этом тихом омуте водятся черти. Если за ними не наблюдают, они нарушают правила и переходят границы. Когда все выходит на поверхность, а это неизбежно, дети начинают лгать, изворачиваться и пытаются скрыть очевидное. Приемы воспитания коварных детей не сильно отличаются от воспитания детей с вызывающим поведением. Полностью предсказуемо, что рано или поздно их своеволие перейдет в наступление. Обычно это происходит в начале подросткового периода. И тогда – «тушите свет».

Я закончу вводную главу еще двумя наблюдениями для родителей детей с сильной волей. Во-первых, чувство вины и самобичевания очень свойственно таким мамам и папам. Они изо всех сил стараются быть хорошими родителями, но борьба за власть, которая изо дня в день происходит в доме, приносит им разочарование и усталость. Никто не предупредил их, что быть родителями так трудно, и они винят себя за возникающее напряжение. Они планировали быть любящими и правильными, читать перед камином сказки облаченным

в пижаму ангелочкам, которые в нужное время с радостью пойдут спать. Но пропасть между реальной жизнью и мечтами оказалась ужасающей. Мы еще поговорим об этом.

Во-вторых, друзья – родители благополучных детей – их не понимают. Они только усиливают их чувство вины и растерянности, заявляя: «Если б ты правильно воспитывал своего ребенка, как я своего, у тебя бы не возникало всех этих ужасных проблем». Я хочу сказать и тем и другим, что управлять детьми-бунтарями – очень трудное дело, даже когда родители справляются со своими обязанностями с большим мастерством и преданностью. Возможно, потребуются годы, чтобы привести дочурку в состояние относительного подчинения и взаимопонимания в рамках семьи. Но девчушка с характером будет оставаться сильной личностью всю свою жизнь. В ней можно и нужно воспитать уважение к власти и научить жить в гармонии с соседями, но она навсегда сохранит напористый темперамент.

Если вам нужен кто-то, кого бы вы могли любить, пойдите в ближайший приют для собак и возьмите маленького пушистого щенка, который будет считать вас самым лучшим хозяином в мире!

Это не плохо. Это даже хорошо. Пока ребенок маленький, важно, чтобы родители не паниковали. Не пытайтесь «исправить» вашего упрямого мальчика или девочку за одну ночь. Относитесь к ребенку с любовью и уважением, но требуйте, чтобы он следовал вашим наставлениям. Тщательно подбирайте тактику борьбы, принимайте вызов и уверенно одерживайте победу. Награждайте каждый позитивный и отзывчивый поступок ребенка вниманием, любовью и вербальной похвалой. А потом примите две таблетки аспирина и позвоните мне утром.

Все это мы обсудим в книге. В следующих главах мы изучим способы руководства крепким орешком, подход к дисциплине на каждом возрастном этапе, найдем причины, почему они такие, какие есть, и разберем многие другие вопросы воспитания детей. Нам так многим нужно поделиться.

А пока я расскажу еще немного о нашем Сигги. Люди до сих пор спрашивают у меня про него. Этот удивительный пес прожил семнадцать лет и, несмотря на бунтарские привычки, доставил нашей семье много радости. Незадолго до его смерти какие-то подростки проезжали по округе в три часа ночи и выкинули из своей машины несчастного щенка. Маленькая сучка появилась на нашем крыльце утром, испуганная, голодная и потерянная. Мы не хотели заводить еще одну собаку, хотя лучшие годы Сигги были уже прожиты, и уж совсем нам не нужна была собачка от неизвестных родителей. Тем не менее, мы не смогли заставить себя отдать ее в приют. Пока мы пытались найти ей другой дом, мы безумно влюбились в это нежное и беззащитное животное, которое наша дочь назвала Минди.



Минди выросла и стала самой красивой и благородной собакой из всех, которые у меня когда-либо жили. У нее просто не было иных желаний, кроме как выполнять приказы хозяев. Вероятно, по причине неизвестных нам ужасов, пережитых в щенячью пору, она не выносила даже намека на недовольство с моей стороны. Если я сердился, она прыгала ко мне на колени и прятала морду у меня под мышкой. Много раз, пока я работал или читал за столом, она тихо проскальзывала и клала голову мне на колено. Я просто таю, когда встречаю такую потребность во мне у любого живого существа.

Когда мы оставляли Минди на улице, она усаживалась перед окном гостиной и, не отрывая глаз, смотрела на нас через стекло. Жена чувствовала себя неловко под умоляющим взглядом собаки, которым она сопровождала каждое наше движение, и просто задерживала шторы. При этом Ширли отчаянно бормотала: «Минди, не порть нам жизнь!»

Несколько лет спустя случилось событие, которое показало добрую натуру Минди во всей красе. Мы всей семьей уехали в отпуск на две недели и оставили собаку на заднем дворе. Раз в день соседский мальчик приходил покормить ее и налить свежей воды. Таким образом, мы позаботились о ее физических потребностях, но не учли чувства одиночества, которое она, должно быть, испытала за эти четырнадцать дней. Иначе зачем почти двадцатикилограммовая собака наведывалась в гараж и раскапывала ящики с игрушками, из которых уже выросли мои дети, Данаи и Райан? Она доставала плюшевые игрушки, убранные за ненадобностью, и приносила по одной на скамейку возле дома. Когда мы вернулись, Минди лежала на подстилке, а перед ней было восемь пушистых друзей.

Я знаю! Знаю! Ни одна собака не заслуживает добра, которое сделала наша семья для этой старой бродяги, а некоторые читатели подумают, что это глупо. Однако в глубине души я верю, что Бог создал этих животных специально для дружбы и преданности людям. (Но зачем Он создал кошек?) Удивительно, но считается, что уровень смертности людей, потерявших супруга, ниже в первый год на 500 % у тех, кто живет с собакой. Послушайте моего совета: если вам нужен кто-то, кого бы вы могли любить, пойдите в ближайший приют для собак и возьмите маленького пушистого щенка, который будет

считать вас самым лучшим хозяином в мире! Именно это думала Минди о Добсонах.

Но это прекрасное животное тоже покинуло нас. Моя жена Ширли как-то позвала ее утром, но собака не пришла. Такого никогда не случалось раньше. Мы нашли ее рядом с домом, где она упала. Минди умерла от лимфомы, распространившейся по всему телу. Так закончилась любовь, длившаяся двенадцать лет, между преданной собакой и ее любящими хозяевами. Прощай, нежный друг.

Я поведал истории о Сигги и Минди, чтобы показать разницу в характерах двух собак, которых мы любили. Сигги хотел править миром, а Минди для безумного счастья хватало быть просто частью семьи. Они представляли собой противоположности собачьей вселенной.

Надеюсь, аналогия ясна. В этой книге мы говорим не о собаках, а о разнообразных и бесконечно сложных детских личностях. В следующих главах мы обсудим, что означает темперамент ребенка для родителей и как понимание помогает правильно его воспитывать.

(Кстати, я шутил, когда спрашивал, зачем Всевышнему нужно было создавать кошек. Это просто шутка. Честно. Я не хотел никого обидеть. Пожалуйста, не пишите и не говорите мне обидных вещей. Как и Минди, я не выношу критики.)

Глава 2

Истории матерей

*Жила-была девчушка – в завиточках
лоб,
Кто ее увидит, улыбнется тот.
Когда она послушна, для всех так
хороша,
Но иногда некстати вскипала вдруг
она^[2].*

Несколько лет назад для лучшего понимания природы детей-бунтарей (я сейчас говорю о детях с *очень* сильной волей) я несколько раз приглашал родителей на нашу передачу, чтобы обсудить их опыт воспитания. Эти беседы порой вызывали слезы, но в результате мы приходили к важным открытиям. Если вы еще не верите, что такие дети существуют и что жизнь с ними может оказаться самой сложной задачей в вашей жизни, – продолжайте чтение. Думаю, что воспоминания этих мам будут вам полезны.

Ниже приводится расшифровка двухчасовой беседы, которая состоялась в нашей студии.

Дж. Д.: Начну с того, что мы рады поприветствовать Дебру Меррит, мать четверых детей. Сегодня она пришла с семнадцатилетней дочерью Лиз, девушкой с характером, и я с нетерпением жду рассказа о ее перспективах. Также с нами Кристен Уокер – у нее четверо детей. И наконец, Джой Соломон – домохозяйка с двумя взрослыми детьми. Вместе эти три матери воспитали десятирх детей и извлекли ценные уроки на своем пути.

Но разрешите мне сначала рассказать предысторию нашей программы. Несколько лет назад мы с Ширли ездили в Алабаму и были приглашены на ланч, где присутствовало еще примерно

двадцать человек. Мы сидели напротив Джой и ее мужа Дэви, с которым я не был знаком. У нас сразу же нашлись общие темы для разговора. Джой, что вы помните из событий того ланча?

Джой: Ну, наша беседа завязалась, когда вы сказали: «Привет, я Джим», как будто мы не узнали бы вас по голосу. Я ответила: «Меня зовут Джой. И странно, что вы не узнаете меня. Какое-то время мы жили по соседству». А вы сказали: «Да?» А я: «Три года, и мы в то время не на шутку сражались с нашим трудным ребенком. Вы продолжили: «А, так у вас есть такой?» И я сказала: «Да». Потом вы спросили, сколько ему лет. Я уточнила: «Это она. У нас девочка, ей сейчас девятнадцать, и с ней все хорошо. Но у нас были непростые дни в прошлом. Я бы даже сказала – очень, очень непростые дни».

Дж. Д.: Поэтому я и пригласил вас сюда сегодня. Джой, вы ведь квинтэссенция матери ребенка с сильной волей. Вы испытали много разочарований, о которых я говорил, включая чувство вины, самобичевание и сомнения в себе.

Джой: Да. Все перечисленное.

Дж. Д.: Как скоро после рождения дочери вы поняли, что с ней будет совсем не легко?

Джой: Думаю, месяцев до пятнадцати все было спокойно. Но когда ей исполнилось полтора года, ей уже нельзя было сказать «нет» – она падала на пол, каталась по нему и закатывала истерики. Какое-то время мы просто наблюдали за ней, потому что не собирались уступать. Мы хотели быть твердыми. Тогда она вставала и с ангельским видом говорила: «Я больше не буду». Потом подходила, клала голову ко мне на колени – и кусала меня. Это был первый звоночек: манипуляция. Она убеждалась, что вы не подозреваете подвоха, и кусала вас. Она была очень, очень трудной.

Дж. Д.: Она знает, что вы сегодня здесь?

Джой: Да. Она разрешила мне рассказать эту историю. Мы прошли долгий путь. Мы жили в мире боли. Еще более дерзкой наша дочь стала в шестнадцать, когда ее острый ум и сильная воля слились в одно целое.

Дж. Д.: А теперь, Джой, мне хочется, чтобы вы помогли понять это людям, которые никогда не сталкивались с ребенком-бунтарем. Есть семьи с четырьмя или шестью детьми, и ни у кого не было такого дерзкого темперамента. Их дети обычно счастливы, общительны

и послушны. Такие мамы и папы склонны считать родителей, сражающихся за сохранение контроля в доме, слабыми или неумелыми. Иногда так оно и есть, но часто эти проблемы порождены характером конкретного ребенка. Помогите людям понять, как бывает трудно воспитывать дерзкого малолетку. Ваша дочь не просто не слушалась вас – все дети озорничают. Но вы находились в состоянии войны с силой воли Даны практически с самого ее рождения.

Джой: Помню, что переломный момент для нас настал, когда ей исполнилось пять. Она была физически крепким ребенком. Однажды на улице она стала бросать камни в проезжающие машины. Я позвала ее домой и спросила: «Дана, почему ты это делаешь?» А она ответила: «Я их предупреждала. Я сказала им, что они не с нашей улицы и, если снова появятся, мне придется бросить в машину камень. Поэтому я и кидалась в них».

Я сказала: «Но мы живем в тупике. Куда они ехали?» Она посмотрела на меня, как всегда, когда хотела показать, что мы ее не понимаем, а потом добавила: «А я тут при чем». То, что она делала, было для нее очевидно. Не ее вина, что кто-то построил так дорогу. Я привела ее домой, чтобы отшлепать, а она мне заявила: «Ты же не собираешься меня шлепать. Я подожду, пока папа придет домой». Ну, а вы встречались с Дэви. Он крупный мужчина.

Она понимала, что чем дольше могла откладывать порку, тем легче ей держать оборону. Я сказала: «Нет, я отшлепаю тебя сейчас». Она ответила: «Нет. Не отшлепаешь». Я продолжила: «Отшлепаю». Это был очень сложный день, потому что я физически не могла контролировать ее. Всю свою силу и решимость она направила на борьбу со мной. Эта битва длилась около полутора часов, а ведь ребенку было всего пять лет.

Дж. Д.: И чем все закончилось?

Джой: Я оставила ее в гараже, где она бродила и вопила. Потом она позвонила в дверь и объявила: «Я готова на порку сейчас». И я отшлепала ее, потому что знала: уступи я ей – и больше никогда не смогу ее контролировать. Это была постоянная борьба.

Я встретила с нашим хорошим другом, пастором из Колумбии, и сказала ему: «Я в тупике. Я просто не знаю, как контролировать этого ребенка». И он ответил: «Каждый вечер, когда вы уложите ее спать, приходите с Дэви в комнату и кладите руки на спящую девочку.

Вы должны молиться Святому Духу и просить его отнять у нее упрямство, пока она не разрушила свою душу. Это оно делает Дану такой, какая она есть».

Мы так и поступили. Мы заходили и молились над ней, возложив руки, как сказал пастор. Спустя шесть месяцев она проснулась как-то утром и сказала: «Да, иногда я непослушна». Я ответила: «Знаю». Она продолжила: «Я не думаю, что говорю. Я больше так не буду». Почти десять лет она могла контролировать себя. А затем наступил подростковый возраст.

Дж. Д.: На том ланче в Алабаме вы рассказали историю, и я хочу, чтоб вы ею поделились. Она касается вашего сына, который решил убежать из дома.

Джой: Мы назвали ее «Мошенничество доктора Добсона». Обычно я говорила сыну: «Мама любит тебя, и ты должен быть моим умным мальчиком». Я переживала всякий раз, когда он говорил: «Я убегу из дома». И однажды мне это надоело. «Ладно», – сказала я. Он стоял в пижаме и грозил: «Если вы будете заставлять меня идти спать, я убегу из дома». А я ответила: «Ну, пока. Как-нибудь встретимся, дружок. Счастливого пути». Он вышел на улицу, но тут же позвонил в дверь и сказал: «Но я не имел в виду – сегодня вечером». «А я имела. Мне все это надоело. Тебе пора уходить, так что я пойду соберу твои вещи. Тебе же нужны будут пижамы и все остальное», – ответила я.

Он продолжал: «Ну, мне нужно подумать об этом». «Вот и хорошо. У тебя есть три минуты, пока я собираю твою сумку. Для меня очень важно, чтобы ты остался здесь и был нашим сыном, но это твой выбор. Либо ты убегаешь, либо я больше никогда не слышу угроз, что ты уйдешь из дома» – таковы были мои слова. Я собрала чемоданчик, хотя вряд ли вообще что-то положила туда. Когда я вернулась, он произнес: «Ну, я тут подумал и решил: я остаюсь». «Ты понял, что никогда больше не угрожаешь мне?» – «Да, мам», – ответил он. И с тех пор он говорил: «Если ты заставишь меня это сделать, я... я... я не буду твоим лучшим другом». А я обычно отвечала: «Что ж, очень жаль».

Казалось бы, то, что работает с одним, должно сработать и с другим, так ведь? У Даны были свои заморочки насчет «убегу из дома». И вот что произошло однажды вечером. Я сказала ей: «Пока, увидимся». Вспоминаю забавную картину. Она стоит, такая маленькая блондинка

в халатике и тапочках цвета клубничного торта, а потом выходит за дверь. Я сажусь на диван. Дэви поглядывает на часы и говорит: «Она на улице уже пять минут. Ты не думаешь, что пора бы ей позвонить в дверь?» «Нет, в ней слишком силен бунтарский дух. Мы дадим ей десять минут», – сказала я. Потом я подошла к входной двери. Там никого не было. Она ушла. Боже, мы жили в тупике... К счастью, у дороги был фонарь, она стояла под ним и голосовала. *(В студии смех и удивленные возгласы.)*

Дж. Д.: Сколько ей было лет?

Джой: Ей тогда было шесть, и она ничего не боялась. На ней не было ничего, кроме халата и тапочек. Она собралась убежать без вещей. Мне пришлось тащить ее домой, визжащую и пинающуюся, ведь она сбегала из дома: «Ты сама сказала мне, что я могу уйти». А я подумала: *«Совсем не этого я ждала!»*

Дж. Д. (слушателям): Теперь вы понимаете, почему я пригласил Джой. Я хотел, чтобы люди поняли: детьми, такими упорными и решительными, как Дана, трудно управлять, даже когда родители очень мудро и тактично подходят к их воспитанию. Покладистый ребенок никогда бы не выкинул такой фортель, а для малолетки с сильной волей это очередной вызов и еще одна возможность развязать войну. Они просто очень любят не уступать родителям. Они так развлекаются. Это и произошло в данном эпизоде.

Мне хочется услышать о подростковых годах Даны, Джой, но сначала я попрошу Кристен рассказать свою историю.

Кристен: Мы практически сразу поняли, что наша дочь Лиз – ребенок с характером. В десять дней от роду ее увезли в больницу с подозрением на спинной менингит. Когда у нее пытались взять пункцию, она вся выгибалась, вместо того чтобы лежать в позе эмбриона. Им пришлось держать ее изо всех сил, и это в возрасте десяти дней. Лаборанты пытались десять или двенадцать раз получить спинномозговую жидкость на анализ и в итоге взяли образец из вены на черепе. Когда ей было полгода, мы ходили к друзьям на обед. Два моих старших ребенка были там, и хозяйка поставила для них по хрустальной конфетнице на каждом конце дивана. У них еще не было детей, поэтому они не подумали, чем рискуют, выставив такие хрупкие вещи.

Я сказала старшим детям: «Это стекло. Конфетницы разобьются. Не прикасайтесь к ним. Не балуйте здесь». Лиз я даже не стала про них упоминать. Я решила, *что подумаю об этом, когда придет время.* Когда она наконец увидела конфеты после обеда, мы решительно сказали ей: «Нет, ты не будешь это трогать». Я повторила твердо: «Нет, тебе это нельзя». Когда битва закончилась, подруга спросила: «Ты заметила, что шлепнула ее по руке девять раз, прежде чем она уступила?»»

Дж. Д.: Со временем она стала вас слушаться?

Кристен: На тот момент – да.

Дж. Д.: Но про себя она решительно повторяла: «Думаю, что смогу с тобой справиться».

Кристен: О да. Самая крупная стычка произошла, когда ей было пять. Я занималась домашним обучением детей. Однажды Лиз решила, что ей уделяют недостаточно внимания, поэтому я взяла ее к себе на колени. Сидя со мной, она начала бить по мне ногой, пока я пыталась продолжать занятие. Я зажала ее ногу между колен. Она стала бить другой ногой. Когда я зажала обе ее ноги, она начала щипать и царапать меня.

Мы оказались на полу. Она распласталась, как поверженный орел. Я держала ее, чтобы она не могла мне навредить или сделать больно. Она визжала: «Отпусти меня, отпусти меня!» А я говорила: «Не отпущу, пока не успокоишься». Она переставала плакать, и я начинала молиться, но она тут же визжала снова: «Не молись за меня». И опять по кругу. Эта баталия растянулась на 45 минут.

Дж. Д.: Лиз, вы это помните?

Лиз: Я помню несколько случаев, когда я спорила, а потом оказывалась на полу и мама надо мной. Я думала: «*Кто победит?*» А борьба продолжалась и продолжалась – казалось, иногда проходили часы.

Дж. Д.: Вы помните, что чувствовали при этом?

Лиз: Я была решительно настроена победить. Понимаете, здесь была задета моя гордость. Я верила, что сильнее мамы. Мне хотелось бунтовать и делать все по-своему.

Дж. Д. (слушателям): Сегодня мы говорим о классических примерах битвы между силой воли родителей и силой воли детей. Я вижу эти конфликты в семьях на протяжении последних тридцати лет. То, что

Лиз сказала о своей решимости одержать победу над мамой, объясняет, чего добиваются эти маленькие революционеры. Противостоят большому и сильному взрослому, который несет за тебя ответственность, для них развлечение. Интуитивно любой ребенок с характером знает: победителем «игры» становится тот, кто берет верх или доводит оппонента до слез. Тихие разговоры и мягкие объяснения здесь просто не работают.

Некоторые авторы утверждают, что ребенок не слушается, только когда он чем-то расстроен. Конечно, случается и так. Но те конфликты, о которых мы слышали сегодня, не были результатом огорчения – они вызваны умышленным неповиновением.

[В следующих главах мы еще поговорим о таком поведении и правильной реакции родителей на него.]

Дэбра, давайте послушаем вас. Расскажите нам о своем ребенке с характером.

Дэбра: У меня двое детей, но одна из них особенно трудная: я узнала, что она бунтарка, еще до того, как она родилась. Она одна из моих двойняшек. Мне хотелось, чтобы ее брат-близнец стал футболистом, а она сама – симпатичной и милой малышкой из группы чирлидеров. А получилось так, что ее берут в футбольную команду, а мой сын – чудесный мальчик, который пишет добрые стихи. Он станет самым лучшим педиатром в мире. Так что мои дети вроде как поменялись ролями.

За ночь до их рождения мне назначили кесарево сечение, потому что шейка не раскрывалась. Я играла в настольные игры с соседями, и вдруг внутри меня что-то начало содрогаться, как вулкан или землетрясение. Я знаю, это почти невозможно, но клянусь: дочь поменялась местами с сыном. Он был снизу, и предполагалось, что он выйдет первым, а она просто сделала ему «кыш». Я прошла через это страшное испытание на следующее утро. Я проснулась в луже крови. Моя девочка требовала выхода, независимо от того, раскрыта шейка матки или нет. Меня быстро доставили в больницу, в отделение неотложной хирургии. Моя дочь рвалась наружу через все препятствия. Поэтому разговоры о рожденных с сигарой во рту, воплях в адрес медсестер и недовольстве температурой в комнате – это все про нее.

Дж. Д.: Какими были ее первые годы?

Дебра: Она бросала всем вызов с самого первого дня! У меня уже были дети: одному три, другому пять. А потом родились близнецы. Никто из бабушек и дедушек не жил рядом с нами. Они навещали и помогали нам, но я была очень загруженной молодой мамой.

Кристина кричала, кричала и кричала. Я думала: *«Наверное, ей плохо. У нее, должно быть, проблемы со здоровьем – колики или что-то еще»*. Но тут ее папа входил в комнату, и она начинала по-детски флиртовать и ворковать. Понимаете, такое сладкое маленькое создание. Она хотела только отца. Поэтому я подумала: *«Ты будешь воспитывать этого ребенка. А я воспитаю троих других»*. Потому что, бесспорно, у нее больше силы воли, чем у меня.

Дж. Д.: Насколько это было эмоционально сложно для вас?

Дебра: Очень сложно, потому что я мать по призванию. Мне всегда хотелось быть мамой. У меня хорошие отношения с моими другими детьми. Моя вторая дочка росла просто ангелом. Она делала все, чтобы мне помочь. Да, она была просто замечательным ребенком. А потом у меня появилась еще одна, которая... Родители мужа называют ее «полтора ребенка».

Дж. Д.: В жизни не много таких же стрессовых испытаний, как воспитание ребенка, а при этом еще нужно остаться хорошими матерью или отцом. Вы прикладываете все силы – а ваш любимый ребенок не принимает вашего руководства и втягивает вас в непрекращающуюся борьбу. Это ужасно болезненно. Это порождает огромное чувство вины и вызывает самобичевание, особенно у очень ответственных родителей.

Дебра: Вы правы. Я абсолютно уверена, что дети с сильной волей любят конфликты. Они любят сражения, а я их не люблю. Для меня это был очень тяжелый опыт, потому что у меня не такой сильный характер.

Дж. Д.: На эту тему я несколько лет назад проводил обширное исследование, в котором участвовали 35 тысяч родителей. Мы видели, в какую растерянность впадает мать, никогда не помышлявшая послушаться собственных родителей, когда у нее появляется ребенок, которому борьба с ней приносит самое большое наслаждение. Дебра, ведь у вас слезы на глазах?

Дебра: Вы абсолютно правы. Но я хочу рассказать забавную историю. Обычно муж и я считали до трех, и если дети не меняли

своего решения на счет три, то получали деревянной ложкой. К несчастью, все мои дети упрямые. Однажды утром я усадила Элизабет на детский стул для кормления. Я давала ей игрушки и что-нибудь вкусное, а сама бегала по дому по каким-то делам, и мне нужно было чем-то ее занять. В какой-то момент ей это все надоело, и она сказала: «Мама, я хочу есть прямо сейчас. Раз, два, три...».

Дж. Д.: То есть она запустила отсчет для вас.

Дебра: Совершенно верно. К тому моменту, когда она стукнула по столу на счет два, у меня уже все было готово. Муж вошел, и я сказала: «Джон, это работает. Я сделала все, чего она хотела от меня, прежде чем она успела досчитать до трех». *(Смех в студии.)* И муж ответил: «Да, это именно то, что нам надо: послушная мать и ребенок с характером». *(Смех в студии.)*

Дж. Д.: Джой, вы видели слезы на глазах Дебры минуту назад.

Джой: Да.

Дж. Д.: А вы плакали, когда дочь брала над вами верх?

Джой: Я много плакала, пока она была маленькой, и еще больше – когда она стала подростком. Я сама росла очень застенчивым ребенком. Радовать родителей для меня было главным назначением в жизни. Я заставляла их гордиться мной и радоваться за меня. Дана совсем не похожа на меня в этом. Она могла повернуться ко мне спиной в любую секунду. Она была очень жесткой. Однажды в садик пришел мальчик-инвалид, и воспитатели сосредоточили внимание на нем. Дана сразу же подружилась с этим ребенком и привязалась к нему больше, чем кто-либо еще в группе. Другой мальчик всегда высмеивал его, и Дана сказала: «Предупреждаю тебя только один раз. Не смейся над ним, а то я тебя побью». Мальчик продолжал. Тогда Дана сказала: «Это мое последнее предупреждение тебе; я предупреждаю только два раза. Больше не смейся над ним». Но тот снова пристал к несчастному ребенку. Разобралась она с ним так: дважды проволокла по площадке и разорвала ему рубашку и шорты. Мальчишка визжал, чтобы она его отпустила. Когда воспитателям наконец удалось их разнять, они спросили дочь: «Дана, разве ты не слышала, что он просил его отпустить?» И она ответила моими словами, которые я говорила ей много раз: «Я не веду переговоры с четырехлетними». Все вернулось ко мне.

Дж. Д.: Интересно, что детская сила воли, с которой приходится иметь дело родителям, часто проявляется и в общении со сверстниками. Такое упрямство может с годами приносить выгоду, потому что эти дети достаточно тверды, они противостоят давлению сверстников и идут своей дорогой.

Это все очень личное, но скажите, Лиз, во время конфликтов вы когда-нибудь видели слезы на глазах мамы?

Лиз: Вряд ли.

Дж. Д.: Кристен, совершенно очевидно, что вы не плакса. Но вы можете понять, почему две леди из присутствующих здесь оказались такими чувствительными.

Кристен: Конечно, могу.

Дж. Д.: Вы просто не выражали своих чувств таким же образом.

Кристен: Я не выражала их слезами. Думаю, я становилась более волевой...

Дж. Д.: Чтобы справляться с чужой волей?

Кристен: Да... чтобы справляться с чужой волей. Я всегда хотела приносить людям радость. Я и сейчас этого хочу, но я решительно не собиралась позволять своим детям во всем одерживать надо мной верх. Хотя были дни и недели, когда все сводилось к моей борьбе за право руководить. Целыми днями я призывала Лиз к порядку и пыталась заставить ее следовать нашим правилам.

Дж. Д.: Остальные дети вели себя не так?

Кристен: Совсем не так. Стоило мне сказать младшему или старшему ребенку, что так делать нельзя, и они, глядя своими большими голубыми глазами, отвечали: «Извини, мамочка» – и никогда больше так не поступали. Лиз же отвечала: «Посмотрим».

Дж. Д.: Существует миллионы таких детей, как вы, Лиз. В связи с этим возникает интересный вопрос. Многие родители спрашивают меня, является ли бунтарское поведение их детей результатом родительских ошибок и неверного суждения, или здесь что-то еще. Ведь есть отцы и матери, которые эффективнее справляются с детьми, а есть те, кто постоянно совершает ошибки, и их дети отвечают все более буйным поведением. Воспитание детей – это навык, и одним он дается лучше, а другим хуже. Например, мужчины обычно успешнее справляются с трудными детьми, чем женщины. Все вы трое сегодня описали моменты, когда вы теряли контроль над детьми

и в буквальном смысле прибегали к рукоприкладству, чтобы справиться с трудным ребенком. Ясно, что это были тактические ошибки.

Тем не менее, дети-бунтари есть дети-бунтари. Ничего не попишешь, они такими родились. Среди них есть такие упорные, что даже Халку Хогану^[3] пришлось бы с ними побороться. Как я уже отметил, это вздорные дети, которые просто любят доводить взрослых сильных людей до слез и оставлять их шокированными и обескураженными. В основе их поведения – генетические причины.

Понимаю, что не оставляю больших надежд насчет детей, которые родятся у Лиз. *(Смех в студии.)*

Кристен: Извини, Лиз. Но, возможно, на тебе материнское проклятье. Ты сможешь рожать только себе подобных детей.

Дж. Д.: Подождите, пока они у вас появятся.

Кристен: Я не стала ждать. Я сказала Лиз: «Надеюсь, все твои дети будут такими, как ты».

Джой: Не согласна. Я сказала Дане, что, надеюсь, она не пройдет через то, что прошла я, иначе у меня ко всему прочему появится внук или внучка с характером. *(Смех в студии.)*

Дж. Д.: Так оно и было бы.

Джой: Поэтому я хочу более покладистых внуков.

Дж. Д.: Дебра, у вас был только один трудный ребенок?

Дебра: Я бы сказала, несколько. Плюс у меня был ребенок, который учил другого быть бунтарем. Когда у вас близнецы и один из них трудный, проблема удваивается. Пока они были маленькими, их было трудно удержать в кроватках. Кристина вообще не нуждалась во сне, физически она была очень сильной. Она умела лазить. Она умела ходить. Все мои дети начинали ходить и бегать в десять месяцев. Кристина помогала брату выбраться из кроватки посреди ночи. Они выходили из своей комнаты и бегали по дому без присмотра. С этим мы и боролись.

Дж. Д.: Как Кристина вызволяла брата из кроватки?

Дебра: Она выпрыгивала наружу, потом собирала по комнате все, что можно найти, и бросала в его кроватку. Он забирался, как по лесенке, по плюшевым игрушкам, и потом, пока мы спали, эти двое носились по дому.

Я привыкла, что старшие дети сбегают из своих кроваток, и это не создавало проблем. Они просто забирались к нам в постель, прижимались и засыпали. Но я не нужна была близнецам – им хватало друг друга. Мы находили их на кухне, в раковине, они играли ножами, открывали холодильник и разбрасывали вещи. Все, что я могла, – пытаться сохранить им жизнь. Я спала перед их дверью на полу с подушкой и одеялом, чтобы им пришлось перелезть через меня, выбираясь из комнаты. Только так я могла защитить их, и я молилась за них. Как и вы, Джой, мы клали руки на детей и просили: «Господи, сохрани». Я просто молилась, чтобы они не погубили себя, пока маленькие. Звучит невероятно, но это правда.

Дж. Д.: Дебра, а случалось, что вы закрывали лицо руками и говорили: «Из меня получилась ужасная мать»?

Дебра: Да. У меня было четверо детей, двое из которых близнецы, и я сильно уставала.

Дж. Д.: Вы просто не могли бороться все время.

Дебра: Не могла. Я доверялась молитвам. Бог милостив. Когда моим детям больше ничто не угрожало и они крестились по своему выбору, они все изменились. Они стали новыми людьми во Христе.

Дж. Д.: Разве это не замечательно?

Дебра: Они изменились как личности, и это произошло, когда каждому было четырнадцать-пятнадцать лет. Воистину, Господь проделал невероятную работу, и я не считаю это своей заслугой. Жаль, что я не была строже или тверже, но в той сложной ситуации я делала все, что могла.

Дж. Д.: Понимаете, Дебра, каждый из нас несовершенен как родитель. Нам всем приходится полагаться на Бога. Реальность настигла меня, когда моей дочери исполнилось три. Я понимал, что в конце концов она сделает свой выбор в жизни. Моя кандидатская работа о развитии ребенка принесла мне пользу, но не гарантировала результата. Нет постоянных рецептов в воспитании детей. И это верно для всех родителей. Наступает момент, когда, даже будучи очень сильными, мы говорим: «О Боже, здесь мне нужна Твоя помощь». Вот что значит быть родителем.

Вы тоже полагались на Бога, Джой?

Джой: А как же.

Дж. Д.: Итак, это была постоянная борьба...

Джой: Дни напролет, с момента ее пробуждения до того часа, когда она укладывалась спать. Случалось, она вела себя как настоящий ангел. Она была такой заботливой и любящей, и я думала: «*Хорошо, хорошо. У нас намечается прогресс*». И тут же, тридцать секунд спустя, включается ее взбалмошность, и она убегает. Бывали ужасные времена, особенно когда я не работала и чувствовала себя абсолютной неудачницей. Я спрашивала себя: «*И эту карьеру я выбрала?*» Это как начать маленький бизнес и наблюдать, как он идет ко дну. Я смотрела на ребенка, которого послал мне Бог, и не могла его контролировать.

Дж. Д.: Вы говорили, что спустя какое-то время вместе с мужем Дэви начали молиться о Дане – клали на нее руки по ночам, когда она засыпала, и просили Бога помочь вам привести этот бунтарский дух к подчинению. Вы сказали, что Бог услышал ваши молитвы и Дана контролировала свое поведение около десяти лет. Но потом она вступила в подростковый возраст, и бунтарский дух вернулся.

Джой: Мы вспоминаем это время как черную полосу. Она стала очень недовольна собой. Ей не нравилась ее внешность, потому что она была полным ребенком. У нее очень сильно вились волосы, как ни у кого в нашей семье. Ко всему прочему, она была очень умной. Сочетание характера, ума и недовольства своей внешностью привело к тому, что она решила поменять в жизни все коренным образом. Она стала общаться с детьми, которые ей говорили: «Твои родители контролируют тебя. Они хотят прожить за тебя твою жизнь. Они не хотят, чтобы ты уходила из дома». У нее появился бойфренд, он говорил ей все это и то, что ей хотелось слышать. Он говорил: «Ты классная, но твои родители не понимают тебя». Тогда она нуждалась в близком человеке и зависела от этих отношений.

Возвращаясь к нашему разговору в Алабаме, я вспоминаю, как вы меня спросили, не стала ли Дана принимать наркотики и алкоголь. Я ответила отрицательно. А вы добавили: «Нам нужно благодарить за это Бога». Я ответила: «Мы так и делаем, но когда ваш ребенок зависим от таких отношений, помощи ждать неоткуда». Мы на самом деле ничего не могли поделать с зависимостью Даны от того парня. Это было так же пагубно, как наркотики и алкоголь.

Дж. Д.: Как долго продолжались их отношения?

Джой: Два с половиной года.

Дж. Д.: И что вы делали все это время?

Джой: Я плакала каждый день. В школе всем было все равно. *(Плачет.)* Извините.

Дж. Д.: Все нормально.

Джой: Она утратила связь с семьей и Богом. Для нее потеряла смысл школа. Ее больше не интересовал футбол, а ведь он сыграл огромную роль в ее жизни. Единственное, что она видела, – этого молодого человека, и она полностью строила свою жизнь – свою будущую жизнь – вокруг него. Ее существование целиком зависело от него.

Дж. Д.: Вы постились и молились в то время?

Джой: Мы постились. Мы молились. Мы ходили на консультации. Я работала в христианском магазине, люди приходили – замечательные люди – и говорили: «Как у вас сегодня дела?» И я отвечала: «Прекрасно, а у вас?» Дана постоянно лгала нам, и это было одной из проблем. Но я тоже лгала. Я подумала: *«Я лгу каждый день. Всякий раз, когда я говорю кому-нибудь, что у нас все замечательно, я тоже лгу»*. Наконец, повернувшись к кому-то, чтобы ответить на обычный вопрос, я сказала: «Простите меня, я не собираюсь перекладывать на вас груз моих проблем, но должна сказать вам, что у меня все далеко не хорошо. Я теряю ребенка». *(Плачет.)*

Дж. Д.: Вокруг так много родителей, испытавших то же самое, а кто-то переживает это сейчас. Хорошие, крепкие христианские семьи плачут сегодня с нами, потому что им выпали такие же трудности. Большинство из них отдали бы жизнь за своих детей, не задумываясь. Они сделали все, что умели, и не справились. Бог все еще слышит и отвечает на молитвы. Джой, разве Он не слышал вас?

Джой: Он слышал мои молитвы, все до одной. Я не могу найти слов, чтобы отблагодарить людей, которые отвели моего ребенка к престолу Божьему. Нет слов описать мою благодарность, потому что наши сегодняшние отношения с дочерью в тысячи раз лучше тех, что я представляла себе, когда она была ребенком.

Дж. Д.: Я хочу услышать подробнее об этом через некоторое время, а пока: Кристен, когда для вас с мужем настал самый трудный момент?

Кристен: В конце концов мы вынуждены были обратиться к старейшинам нашей церкви, потому что наша дочь стала воровать. Она брала все, что ей хотелось. Мы спрашивали: «Лиз, почему ты взяла то, что тебе не принадлежит?» – и она отвечала: «Потому что

хочу». Меня просто поразило, что ребенок четырех-пяти лет может сформулировать мысль: «Захотела и взяла». Она воровала деньги в церкви или с тарелки подношений, чтобы купить колу в автомате, она таскала украшения в ванной комнате ради маленькой палочки корицы. Если она что-то хотела, она просто это брала.

Дошло до того, что мы вернулись с ней к Священной книге. Муж сидел рядом и говорил: «Вот о чем говорится в Библии. Ты должна подчиняться родителям в своей жизни, а если не будешь, то предстанешь перед Высшей властью». Он пошел к старейшинам нашей церкви и спросил, кто из них мог бы посидеть с Лиз. В то время она, кажется, была в младшей группе детского сада. И эти двое благочестивых мужчин сели рядом с ней и сделали ее ответственной – заставляли ее запоминать Писание. Настал момент, когда ей необходимо было узнать, что существует Высшая власть. Вот почему мы обратились к старейшинам.

Дж. Д.: Лиз, ведь это сильно повлияло на вас?

Лиз: Да, чрезвычайно.

Дж. Д.: Что вы помните о том времени?

Лиз: Помню, что испытывала жуткое смущение и должна была отвечать за сделанное да еще сознаваться во всем. Почти до старшей группы я таскала вещи у воспитателей. Я залезала к ним в стол. Если там была еда, я забирала еду. Я украла серьги у одной воспитательницы. Со временем я начала задумываться: *«А кому какое дело? Меня накажут, но мне все равно»*. Наказание меня не пугало. Испугало, когда мне сказали: «Хорошо, ты пойдешь к воспитательнице. Пойдешь к старейшинам. Тебе придется извиниться за это». И тогда я подумала: *«О нет!»* Было неловко и унижительно. И я поняла, что натворила.

Дж. Д.: В любом случае вас сдерживало не наказание.

Лиз: Ни капельки.

Дж. Д.: Вы придумали, как его избежать.

Лиз: Ага.

Дж. Д.: Для вас это был вызов.

Лиз: Именно. Если меня лишали телефона или компьютера, я старалась обходиться без них. Всегда оставалось что-то еще, ради чего можно вести себя вызывающе.

Дж. Д.: Для родителей, воспитывающих таких детей, важно понимать, о чем думает ребенок. Вам придется смотреть на мир его глазами. Только тогда вы сможете правильно реагировать.

Понимаете, Лиз, у моей мамы это получалось. Она знала, что я плохо вел себя в школе, когда учился в девятом классе. Тогда у меня вообще были большие проблемы с дисциплиной, но маме удалось подобрать ко мне ключик. Однажды она сказала: «Ты можешь вести себя в школе, как хочешь. Я пальцем не пошевелю, пока мне не позвонят оттуда. Но как только они это сделают, на следующий день я пойду с тобой. Я буду сидеть с тобой за партой на уроке и в коридоре стоять вместе с твоими друзьями. Я буду рядом весь день, и ты не сбежишь от меня». Это быстро меня образумило. Чтобы мама была рядом с тобой весь день – это же прилюдное самоубийство; я просто не мог допустить такого. Я мгновенно пришел в норму.

Джой: Родителям приходится быть очень находчивыми. Однажды мы ехали в машине, Дана устроила сцену и понимала, что ее ждет дома. На светофорах она высовывала руки из окна машины и кричала проходящим людям: «Спасите меня!»

Дж. Д.: Джой, вы шутите.

Джой: Не шучу. Я все время думала, что, если полицейский остановит меня, мне придется доказывать, что она в самом деле мой ребенок.

Дж. Д.: Сегодня мы слышали здесь очень страшные вещи о некоторых трудных детях. Но цель не в том, чтобы довести вас до отчаяния. У нас есть хорошие новости обо всех этих детях из сегодняшней программы. Мы здесь, потому что есть надежда. Джой, если посмотреть на историю, которую вы мне поведали в Алабаме, по-новому, то есть повод приободриться. Тогда, за столом, вы достали смятый лист бумаги из сумочки и что-то прочитали мне.

Джой: Да.

Дж. Д.: Не думаю, что в тот день вы заранее хотели поделиться со мной написанным на том листе.

Джой: Нет, и не думала даже.

Дж. Д.: Просто лист оказался с вами случайно.

Джой: Вовсе не случайно. Он всегда со мной. Он служит мне напоминанием.

Дж. Д.: Расскажите всем о нем.

Джой: Дана училась на первом курсе в колледже и посреди года написала мне это письмо:

Дорогая мама,

Всем привет. Письмо будет странным. Последнее время я много думаю о своей жизни. Мама, иногда мне становится интересно, где бы я была и что бы стало с моей жизнью, не вырвись я тогда из темноты. Понимаешь, я никогда не думала, что буду считать маму своим лучшим другом, а ты и есть мой лучший друг. Я никогда и ни на что на свете не променяла бы нашу близость. Ты и папа часто говорили, что вы «за» на сто процентов, если я не буду торопиться покидать дом. Теперь я это понимаю.

Я не думаю, что ценила тебя по-настоящему до сих пор. По крайней мере, не так, как ты заслуживаешь. Я скучаю по тебе каждый день. Я считала, что, когда поступлю учиться, мне не захочется приезжать домой или даже звонить. А у меня не получается прожить и дня, не поговорив с тобой. Знаешь, я надеюсь, что когда-нибудь стану такой же успешной, как папа. Хочу быть такой же увлеченной и уважаемой в своем деле, как он в своем. Но прежде всего, это у тебя была самая трудная профессия. Тебе приходилось воспитывать меня. Мама, надеюсь, ты понимаешь, какой дар тебе послан Богом. Он дал тебе волю и силу воспитать меня. Ты показала мне то, чему не научит ни один колледж или профессиональная школа. Я могу только молить Бога, чтобы когда-нибудь он сделал меня такой же матерью, какой ты была и всегда останешься для меня. Мне просто захотелось найти минутку и написать: «Спасибо» и «Я тебя люблю».

Твоя маленькая девочка,

Дана

(Джой плакала, пока читала.)

Дж. Д.: Джой, это стоит миллион долларов. Могли бы вы подумать, когда боролись с ней, что она пришлет вам письмо, полное любви?

Джой: Никогда.

Дж. Д.: Лиз, вы почувствовали сердце матери?

Лиз: Да, и очень.

Дж. Д.: Вот что вы слышали сегодня.

Лиз: Да.

Дж. Д.: И вам хочется когда-нибудь стать матерью?

Лиз: Несомненно.

Дж. Д.: Вы можете представить себе, что приводите в мир ребенка, а потом начинается вся эта борьба?

Лиз: Я уверена, что так и будет. Мне очень хочется сказать кое-что о таких детях, как я. У Бога есть поразительная вещь, которую Он может сказать нам: «Я хочу, чтобы ты был, и хочу, чтобы ты имел сильную волю ради меня». Вместо того чтобы мы были дерзкими и непослушными, Он хочет, видеть нас сильными ради Него.

Дж. Д.: Вы помните, когда у вас появились такие мысли?

Лиз: Прекрасно помню. Я проводила время с группой друзей и вела себя очень глупо. Однажды я пришла домой, села и вдруг почувствовала присутствие Бога. Я посмотрела на себя и подумала: «Моя жизнь не имеет смысла. Я трачу ее, чтобы показать, что у меня сильная воля, и хочу выиграть все сражения». А потом Бог как будто схватил меня, как будто сказал мне: «Хватит, Лиз». Понимаете?

Дж. Д.: Кристен, вы ведь молились о Лиз в то время?

Кристен: Я во многом похожа на Джой. Мы молились всей семьей. Бабушки и дедушки, я и Рич постоянно молились о ней. Все, кого мы знаем. Мы не скрывали от дочери того, что она трудный ребенок, и это была обычная тема разговоров со знакомыми людьми. Да, нас многие поддерживали молитвой. И я благословлена тем, что увидела, как может действовать Бог. У меня еще есть время для построения с дочерью отношений, о которых мечтает любой родитель. И я плачу, думая об этом.

Дж. Д.: Дебра, вы ведь тоже молились в трудные времена?

Дебра: О да. И моя старшая дочь, которая выходит замуж через месяц, стала наставником для моего второго ребенка с характером. То, что наставляет младшую сестру, стало ответом на мою молитву. Их отношения были испорчены. Если ты единственный ребенок или первенец, твое положение незаконно захватывает появившийся на свет младший. Для старшего это трагедия. Поэтому они не были дружны,

когда старшая дочь заканчивала школу. Но теперь они близкие друзья. Элизабет воспитала Кристину такой, какая она теперь, помогла ей понять себя и найти свое место в семье.

Нечто похожее произошло с нами прошлым летом. Кристина просто сошла с ума. Я слушала ее беспричинные вопли до двух часов ночи. И вдруг на нее как будто сошел Святой Дух. Она начала повторять мои слова, которые я ей всегда говорила во время наших бесед. Она сказала: «Мама, я буду сражаться до конца, потому что хочу победить». И продолжала: «Но никогда не бойся устанавливать мне границы, потому что мне нужны правила. Мне нужны границы. И я уважаю все, что ты делаешь...».

А потом она сказала кое-что еще. «Я знаю, кто я в Боге. И я знаю, что сделаю правильный выбор». Она добавила: «У меня был плохой год. В следующем году я изменюсь». И она изменилась. Она теперь совсем другой человек. Она говорила: «Вы хорошо меня воспитали. Вы дали мне стабильность христианской школы, церкви и христианской семьи. Я буду выбирать мудро, и я хочу прожить свою жизнь, потому что вы сотворили ее для меня вместе с Христом».

Дж. Д.: Позвольте мне повториться: я говорю нашим читателям и слушателям, что надежда есть – вот почему я обратился к этой теме в нашей программе. И ради наших детей я хочу задать вам, трем матерям, очень важный вопрос. В Писании сказано, что дети благословенны Всевышним. Вы все еще чувствуете это, несмотря на то, что воспитание оказалось для вас борьбой? Стоило оно того?

Джой: Дети – сокровище. Это я всегда говорила им, пока они были маленькими... Но на какое-то время Дана забыла мои слова; казалось, она им не верит. Сейчас, думаю, она начинает понимать, что она для нас настоящее сокровище. Сильная воля, которая в ней заложена, станет для нее преимуществом в жизни. Она хочет быть адвокатом. Замечательно, потому что она и камень переспорит. *(Смех в студии.)*

Дж. Д.: А Всевышний использует ее характер.

Джой: Верю в это. Для меня это благословение.

Дж. Д.: Что скажут нам другие две леди?

Кристен: Это стоит каждой минуты, каждой битвы, каждой капли энергии, которую я потратила. Я никогда ничего бы не поменяла.

Дж. Д.: Дебра?

Дебра: Имя одного из моих детей означает «дом Бога», другого – «великая женщина Бога», а третьего – «драгоценный дар Бога». Поэтому каждому из них я говорила, что он дар. Я не знала, могла ли я иметь детей. Все они были чудом и благословением. Совершенно точно, оно того стоило, каждая минута, даже каждый конфликт. Бог поступает обоснованно. Я знаю, Он может и будет использовать их с полной отдачей.

Дж. Д.: Воспитать покладистого ребенка может каждый. Мне вспомнилось, как меня попросили взять интервью у осужденного серийного убийцы Теда Банди в тюрьме штата Флорида. За три дня нам пришло более девятисот запросов на выступления в СМИ, и на меня оказывалось огромное давление. Добавим сюда эмоциональное напряжение от общения с человеком, хладнокровно убившим по крайней мере двадцать восемь женщин и девочек. Помню, перед самой поездкой на интервью мне очень не хотелось этого делать. И в этот момент я почувствовал, что Всевышний обращается ко мне. Он сказал: *«Я послал тебя сделать эту работу, потому что знал: ты с ней справишься. Я выбрал тебя для этой трудной задачи».*

Такова моя точка зрения. Когда родители рожают одного из таких трудных детей на свет, им необходимо осознавать, что, хотя порой воспитывать такого ребенка чрезвычайно тяжело, все равно стоит делать это как следует. Они должны относиться к воспитанию так: «Бог специально послал мне этого строптивого ребенка. Он хочет, чтобы я сформировал его или ее, подготовил к жизни и служению Ему. Я избран для этой задачи. И я ее выполню с Божьей помощью». Вот здоровый взгляд на родительское предназначение. Родители детей-бунтарей порой чувствуют себя обманутыми и подавленными; им кажется, что у других мам и пап просто приятное путешествие с детьми, а вы ведете войну семь дней в неделю. Но вы можете посмотреть на свою задачу как на предназначение Бога и верить, что Он поможет вам его исполнить. Тогда разочарования становятся более управляемыми.

Позвольте мне сказать вам еще одно слово в поддержку. Большинство детей-бунтарей приходят в норму после подросткового периода. Об этом узнали наши три мамы. Не торопитесь считать себя несостоявшимся родителем. Дети обязательно повзрослеют, и вы убедитесь позднее, что ценности и принципы, которые вы так усердно

им прививали, проникли в них и усвоены ими. А может случиться так, что ваш трудный ребенок станет вашим лучшим другом, как случилось у Джой и Даны, если... если вы будете проявлять упорство. Поэтому, когда поведение ребенка говорит вам «я тебя ненавижу» всеми возможными способами, продолжайте благое дело, невзирая на трудности. Сохраняйте мужество. Не паникуйте. Вас ждут лучшие дни.

Джой: Совсем недавно мы были дома с Даной. Она сказала: «Почему вы от меня не отвернулись?». Я ответила: «Потому что ты наше сокровище. Бог подарил тебя нам. Я никогда бы не смогла предать тебя». Она сказала: «Многие смогли бы». Я возразила: «Они бы не отвернулись, если б верили в Божью силу и силу молитвы, потому что я не знала, когда это произойдет, но всегда верила, что ты повернешься к нам». У меня была огромная надежда и вера.

Еще одна вещь произошла, когда Дана была дома. Она сказала: «Ты знаешь, я вспомнила одну ночь, когда было на самом деле очень, очень плохо. Случилась большая ссора. Ты плакала. Я привыкла к твоим слезам, потому что ты плакала все время». Но вот что задело ее в ту ночь: она заставила плакать отца. Слезы отца тронули ее сердце. *(В этот момент в студии за столом плакали все.)*

Дж. Д.: Дебра, что вы посоветуете нашим сегодняшним слушателям – матерям, которые переживают сейчас то же, что и вы, когда ваши дети были маленькими?

Дебра: Думаю, стоит процитировать строки из вашей книги. Кажется, они на двадцать четвертой странице «Моего маленького бунтаря». Суть такова: «Выбирайте битвы. Уверенно побеждайте. Потом примите две таблетки аспирина и позвоните мне утром». *(Смех в студии.)*

Дж. Д.: Все верно, только не звоните мне. *(Смех в студии.)*

Дебра: Я жила вашими передачами, пока дети были маленькими. Я мыла полы, собирала остатки еды с пола и рыдала, слушая передачи. Они мне помогали, потому что я знала, что другие люди также ведут борьбу с детьми, Бог с нами, и за дверями дома есть те, кто понимает это.

Теперь я хожу к людям, как и Кристен, мы собираемся и говорим о дочерях с характером. Мы регулярно молимся за вас, дети, и наблюдаем за вами. Мы любим и воспитываем вас все вместе.

Дж. Д.: Вы оказали доверие людям, участвующим в создании нашей передачи. Поэтому мы здесь. Вчера ко мне в офис пришла женщина-репортер, чтобы поговорить о служении. Насколько я знаю, она не христианка. Мы побеседовали около часа, и она спросила: «Зачем вы это делаете? Вы сказали, что сочувствуете всем людям, которые обращаются за помощью. Зачем вы приглашаете сотни тысяч несчастных, чтобы они приносили сюда свои проблемы? Зачем так мучить себя и свой штат?» Я попытался объяснить, что в этом суть моей христианской веры. Иисус говорил: «так как вы сделали это одному из этих братьев Моих меньших, то сделали Мне». (Писание от Матфея, 25:40.) Мне приносит огромное удовлетворение то, что я могу положить руку на плечо матери, которая переживает депрессию, отчаяние, безнадежность, и предложить ей поддержку. Тут я заметил, как глаза этой твердой женщины наполнились слезами. Я благодарен за то, что у нас есть возможность выразить заботу и оказать поддержку тем, кто испытывает боль. Дебра, я счастлив, что вы одна из них.

Лиз, позвольте сказать вам несколько слов на прощанье. Я думаю, что из вас получится прекрасная мама. Я просто вижу это. Вы очень способная и целеустремленная, а то, что вы встали на ноги так рано, – хороший знак. Верю, что следующий год в школе будет удачным для вас, а потом вы продолжите учебу в колледже. И тогда мне бы хотелось, чтобы вы написали маме письмо, которое заставит ее плакать. Она не плакса, но, держу пари, вы можете вызвать слезы счастья на ее глазах.

Джой, вы сегодня принесли Библию с собой. Она была и остается вашей опорой?

Джой: Да.

Дж. Д.: Что ж, приходите все снова к нам на передачу, когда у вас появятся внуки-бунтари. Хорошо? *(Смех в студии.)* Спасибо, что оставались с нами.

Все: Спасибо.

Заключительный комментарий после беседы

Уверен, что этот обмен мнениями вызвал тревогу у некоторых читателей, особенно у тех, кто воспитывает маленьких детей. Они

представили себе будущую тотальную войну со своими буйными отпрысками, так похожими на тех, что описаны здесь. Поэтому сразу поясню, что дети с сильной волей составляют меньшинство в обществе. Большинство мальчиков и девочек, которых принято считать *бунтарями*, гораздо менее решительны и более покладисты.

Моей целью было показать вам худший сценарий развития событий, продемонстрировать различную реакцию детей на власть, а также вселить надежду и указать путь тем, кто растит одного или нескольких маленьких бунтарей. Как мы видели, даже с такими малышами возможно достичь положительного и очень удовлетворительного результата.

Глава 3

Почему они такие?

На фоне всего рассказанного участницами нашей передачи закономерно возникает вопрос: почему многие «эксперты» по воспитанию не замечают, что есть дети, которых растить труднее, чем остальных? Судя по рекомендациям этих снисходительных психологов, консультантов, педиатров, психиатров и обозревателей женских журналов, они убеждены, что воспитывать детей проще пареной репы. Десятилетиями они наставляют родителей: нужно всего лишь обеспечить детям пространство, обращаться с ними, как со взрослыми, и только при необходимости объяснять, почему вам хочется, чтобы они вели себя лучше.

Как все было бы замечательно, окажись это правдой. К несчастью, такой радужный взгляд – полный вздор. Он внушает папам и мамам, что другие родители легко руководят детьми, а те, у кого с этим проблемы, – просто жалкие неудачники. В большинстве случаев это несправедливо и неверно.

Ошибочные советы по воспитанию детей звучат в литературе, как минимум, семьдесят пять лет. Например, автор бестселлеров для родителей Джон Кэлдуэл Холт в 1974 году написал ужасный текст под названием «Побег из детства»^[4]. Эти мысли прямо противоположны нашим. Джим Стингли делал обзор его книги для *«Лос-Анджелес Таймс»*:

В последней книге [Холт] открыто выступает за свержение родительской власти почти во всех областях. Он выдвигает идею, что дети, независимо от возраста, должны иметь право на сексуальную жизнь, употребление алкоголя и наркотиков, вождение транспорта, участие в выборах, трудоустройство, собственность, путешествия, гарантированный доход, выбор опекунов, контроль над образованием и юридическую и финансовую ответственность. Короче, он предлагает родителям отказаться от положения опекунов своих детей, которое они занимали последние несколько сотен лет в этой и других странах,

и начать «доверять детям», точнее, позволить последним доверять себе самим, когда они захотят узнать, что такое жизнь в реальном мире^[5].

Разве это не глупо? Даже обозреватель «Лос-Анджелес Таймс», по-видимому беспристрастный журналист, считает идеи Холта нелепыми. Можете себе представить шестилетнюю девочку за рулем собственного авто по дороге в офис, где она вместе с дружкой-дошкольником обсуждает покупку нового дома за парой бокалов мартини? Или мать и отца, которые со слезами на глазах прощаются у дверей с пятилетним сыном – прихватив с собой лишь плюшевого мишку, он уходит жить с кем-то чужим, потому что он так решил? Мы что, окончательно свихнулись? Отказаться от опеки? Больше всего поражает, что этого человека с его нелепыми теориями серьезно восприняли многие активисты революционных дней конца шестидесятых-семидесятых годов. Вот цитата из самого Холта в статье «Таймс»:

«Довольно странно, но глава, где я писал об алкоголе, наркотиках, позволении детям поступать так, как поступают взрослые, включая сексуальную жизнь, не вызвала бурной критики, которой я ожидал... Понимающие, сочувствующие ответы [читателей] явно перевесили отрицательные и враждебные», – писал он.

Примерно в тоже время, когда вышла в свет книга Холта, в «Фэмили Сёркл»^[6] появилась статья, тоже пропагандирующая вседозволенность. Ее название «Удивительный новый способ заставить ребенка правильно себя вести» могло бы стать первым сигналом, предупреждающим о содержании^[7]. (Рекомендации статьи были настолько фантастическими, что непонятно, почему их не придумали за более чем пять тысяч лет воспитательного процесса.) Подзаголовок звучал еще ярче: «Поощрения и наказания не работают». Эти два оптимистичных тезиса указали путь, по которому авторы вели своих читателей. Ни один из них не допустил, что ребенок может проявлять непослушание, подобное тому, что описывали знакомые нам матери. Вместо этого приводились относительно безобидные примеры

детской безответственности, такие как невымытые руки перед едой, одежда не по погоде или невынесенный мусор. Ответственное поведение наших детей, конечно, благородная цель. Но давайте признаем, что куда более сложная задача заключается в формировании воли ребенка в моменты неповиновения.

Более современный пример снисходительного подхода к воспитанию можно определить как «позитивная дисциплина» или движение «позитивного воспитания». Звучит красиво, но на деле это не более чем болтовня. Рассмотрим совет, представленный на веб-странице сайта департамента здравоохранения штата Оклахома «Позитивная дисциплина». В нем говорится: «Цель дисциплины – не контролировать детей и не принуждать их подчиняться вам, а учить их принимать решения, постепенно воспитывать самоконтроль и ответственность за свое поведение». Вместо того чтобы говорить ребенку: «Не бей котенка» или «Не стучи ногой по столу», родителям предлагается сказать: «Погладь котенка» или «Поставь ноги на пол». Сайт продолжает утверждать, что «...предоставление ребенку выбора позволяет ему управлять собственной жизнью и поощряет принятие решений».

Родителям советуют «перенаправлять» поведение детей. Например, если ребенок швыряет игрушечный грузовик по квартире, нужно сказать ему: «Я не могу позволить тебе швырять грузовик, но ты можешь покидать мячик на улице». Если он бьет ногой по двери, скажите ему: «Нельзя бить ногой по двери, но можно – по мячу или по пластиковой бутылке». Вместо борьбы с сознательным неповиновением они предлагают игнорировать его или позволить ребенку заняться «чем-то приятным», пока он не остынет^[8].

До чего же нелепый совет! Сколько усилий нужно прикладывать родителям, чтобы не быть главными в доме! Чем плохо объяснять ребенку, что он может и чего не может делать, и ждать от него послушания? Почему недопустимо настаивать на том, чтобы ребенок, который ведет себя вызывающе и опасно, немедленно остановился? Почему нельзя сказать: «Котенку так же больно, как и тебе» или «Ты ведь не обидишь котенка?». Ребенок, чьи родители никогда не брали на себя смелость предъявить ему претензии, не понимает, в чем смысл авторитета отца или матери. Это также мешает ему признать другие формы власти, с которыми он обязательно столкнется, когда покинет

кокон вседозволенности. Рано или поздно он встретится с учителем, офицером полиции, сержантом морской пехоты или работодателем, которые никогда не слышали о позитивной дисциплине и ждут, что их распоряжения будут исполнены точно. Если ребенок годами слышал только «предложения» альтернативного поведения, он не готов к реальному миру.

Вот еще один пример плохого совета родителям, также отражающий философию позитивной дисциплины. Лини Кабада, пишущая для газеты «Рыцарь на коне», предлагает:

[Карен] Гейтвуд однажды отшлепала ребенка и взяла таймаут. Теперь она говорит о детских чувствах. Когда девочки выходят из себя, она тихо и нежно предлагает им альтернативные занятия и поддержку («Я понимаю, что ты расстроена») в разгар истерики. Техника сюси-пусси называется «время пришло».

Мисс Гейтвуд... допускает, что позитивно-родительские отношения вызывают «естественные и логические последствия» поведения. Например, [ее дочь] Аманда недавно захотела взять свою любимую резинку для волос на прогулку. Мисс Гейтвуд предупредила, что девочка может потерять ее, но не стала спорить. Она позволила предсказуемому событию произойти. Естественно, Аманда потеряла резинку и плакала.

Перед надвигающейся истерикой мисс Гейтвуд не стала игнорировать чувства Аманды, как рекомендуют детские специалисты. «Я сказала: «Жалко. Это ужасно», потому что для ребенка это и в самом деле было ужасно. И девочка сказала: «В следующий раз я не буду брать с собой вещи»^[9].

Как примитивно и неэффективно! Очевидно, мисс Гейтвуд мало знает о детях и определенно теряется, когда надо им приказывать. Что, если бы Аманда захотела взять на прогулку мамино обручальное кольцо? Если бы она отказывалась ложиться спать, пока не валится с ног от усталости каждый вечер? Регулярно выливала бы манную кашу и апельсиновый сок на телевизор? Отказывалась принимать необходимые лекарства? Где-то нужно проявить родительское руководство. Мальчики и девочки должны узнать, какое поведение приемлемо, а какое нет; установить эти границы – задача мам и пап,

которую на них возложил Творец семьи. Родители не могут просто так ждать, когда логические последствия выполнят за них эту работу.

Конечно, логическим последствиям есть место в воспитании детей. Но главное последствие непослушания должно сводиться к тому, чтобы виновник сидел на стуле, ерзая попкой, и думал, почему ему никогда нельзя плевать маме в лицо, бегать по шоссе, забивать гвозди в мебель или пытаться спустить грудную сестренку в унитаз. Книжки по «позитивному воспитанию» не признают, что такие случаи и тысячи других происходят – и довольно часто – в некоторых семьях. Они не рассказывают, как папы и мамы ложатся спать поздно вечером со страшной головной болью, размышляя, почему воспитание детей так изматывает их и расшатывает им нервы. Вместо этого Карен Гейтвуд во всем мире дают мягкие советы и сюси-пусси-объяснения, которые приводят родителей в замешательство, дезинформируют их и вселяют чувство вины. Мой коллега Джонс Роузмонд, с которым я обычно согласен, дал самую верную оценку концепции позитивного воспитания: «Конское дерьмо. И это еще мягко сказано. Это провальная методика».

Давайте теперь рассмотрим более подробный ответ на основополагающий вопрос об умышленном неповиновении: почему дети нападают на тех, кто ими руководит? Почему им недостаточно тихой беседы, терпеливых объяснений и нежного поглаживания по голове? Почему они не следуют разумным наставлениям и не успокаиваются на этом? Хорошие вопросы.

Ребенок, чьи родители никогда не брали на себя смелость предъявить ему претензии, не понимает, в чем смысл авторитета отца или матери.

Надеюсь, мне удалось доказать, что своенравие у некоторых детей бывает врожденным. Это часть их эмоциональной и интеллектуальной сущности, с которой они пришли в наш мир. Эта сторона врожденного темперамента не приобретается в результате *воспитания*. Матери узнают о ней инстинктивно. Практически любая мама двоих или троих детей подтвердит, что она замечала в них различия, как только впервые брала их на руки. Она вам скажет, что один сложнее по характеру, другой легче, но каждый уникален.

В прошлом авторитетные специалисты в области детского развития не верили своим глазам. Они принимали как данность, что дети рождаются лишенными индивидуальности. Они говорили, что ребенок – это чистый лист, на котором окружение и опыт оставляют свой след. Джон Локк и Жан-Жак Руссо были среди тех, кто продвигал эту теорию и запутал научное понимание детской сущности на десятилетия вперед. Большинство известных психологов разделяли этот подход, а многие до сих пор находятся под его влиянием. Однако более точный взгляд, основанный на глубоком изучении, указывает: хотя опыт имеет очень важное значение в формировании человеческой личности, гипотеза «чистого листа» – всего лишь миф. Дети несут в себе индивидуальность, которая свойственна только им и не повторяется ни в ком, когда-либо живущем. Снова повторю, что одна из таких внутренних характеристик, которую я назвал «прочность воли», различна у каждого ребенка. Если вы постоянно общаетесь с детьми, то наблюдаете эту сторону темперамента в живом проявлении.

Классическое исследование врожденного темперамента проводилось более двадцати пяти лет назад психиатрами Стеллой Чесс и Александром Томасом и описано в их прекрасной книге «Узнай своего ребенка» / *Know Your Child*^[10]. Авторы утверждают: дети не только сильно отличаются друг от друга в момент рождения – эти различия становятся еще более заметными по мере их роста и развития. Еще интереснее то, что они изучали три широкие категории, или модели темпераментов, по которым можно классифицировать большинство детей.

К первой они отнесли «трудных детей» с их негативной реакцией на окружающих, сменами настроения, нерегулярным сном и расписанием кормления, частым плачем и сильными истериками в момент расстройства^[11]. Это дети, которых я называю бунтарями, или детьми с характером. Вторую категорию Чесс и Томас описали как «легкий ребенок». Он позитивно относится к другим, легко адаптируется к новой обстановке, следует режиму сна и кормления и с охотой принимает правила игры^[12]. Авторы заключают: «Такие дети обычно доставляют радость своим родителям, врачам и учителям»^[13]. Аминь. Мой термин для таких детей – «уступчивые».

Чесс и Томас называют третью категорию – «медленный подогрев» или «застенчивые»^[14]. Эти малыши отрицательно реагируют на новые условия и медленно приспосабливаются. Однако они менее напряжены, чем трудные дети, и склонны к регулярному расписанию сна и кормления. Когда они расстроены, то обычно способны отвлечься от неприятной ситуации и реагируют спокойнее, их не терзают злоба и желание поднять бунт.

Конечно, не каждый ребенок относится к одной из этих категорий. Согласно доктору Чесс и доктору Томасу, под них подпадает примерно 65 % детей^[15]. Исследователи также делают акцент на том, что дети обладают сознанием с самого рождения, они способны сразу привязаться к родителям и получать информацию из окружения^[16].
Чистый лист? Вряд ли!

Создается впечатление, что ребенок с характером испытывает внутреннюю потребность ссориться, драться, не доверять, оспаривать, сопротивляться и бросать вызов.

Теперь мы знаем, что наследственность играет гораздо более значительную роль в развитии человеческого характера, чем считалось раньше. Этот вывод получен на основе исследования, проводимого на протяжении многих лет в Университете Миннесоты. Ученые выявили более ста пар близнецов, разлученных в момент рождения. Они воспитывались в разных культурах, религиях и местностях. Они даже не знали друг друга, пока не повзрослели. Так как каждая пара близнецов имела одинаковый генетический материал, исследователи получили возможность рассмотреть влияние наследственности, сравнивая сходство и различие по многим параметрам. Из этого и других исследований стало очевидно, что немалая часть характера человека, возможно 70 % и более, является наследственной^[17]. Гены определяют такие качества, как творчество, мудрость, доброта, энергия, долголетие, интеллект и даже умение радоваться жизни.

Вот пример братьев, известных в исследовании Миннесоты как «близнецы по имени Джим». Они были разлучены и не встречались до тридцати девяти лет. Их сходство было поразительным. Оба женились на женщинах по имени Линда. У каждого была собака по кличке Той. Оба страдали мигренью и много курили. Они любили одну и ту же

марку пива, водили «шевроле» и служили заместителями шерифов. Их характеры и поступки были виртуальными копиями^[18]. И хотя такая степень симметрии исключительна, она иллюстрирует вывод: большинство идентичных близнецов обнаруживают удивительное сходство, связанное с наследственностью.

Дети не только сильно отличаются друг от друга в момент рождения – эти различия становятся еще более заметными по мере их роста и развития.

Считается, что генетическая структура человека влияет даже на стабильность его брака. Если один близнец разводится, то риск развода для другого составляет 45 %^[19]. У двуяйцевых близнецов, имеющих только половину одинаковых генов, риск развода для брата или сестры составляет всего 30 %^[20].

Что же означают эти открытия? То, что мы всего лишь марионетки, играющие по написанному сценарию, лишены воли и выбора? Конечно нет. В отличие от птиц и млекопитающих, которыми движет инстинкт, люди способны к рациональному мышлению и самостоятельным действиям. Например, мы не следуем каждому сексуальному порыву, несмотря на генетические основания. Ясно, что наследственность создает сдвиг в определенном направлении – в сторону определенного побуждения или склонности, – но она может контролироваться нашими рациональными процессами. Собственно, мы должны научиться делать это как можно раньше.

Что мы знаем о детях с очень большой силой воли? Этот вопрос занимал меня долгие годы. Написано о них очень мало. Почти нет исследований, рисующих более или менее внятную картину. Недостаток информации заставляет родителей полагаться только на себя. Поэтому, изучая опыт родителей трудных детей, я провел опрос, в котором, как упоминалось ранее, приняли участие 35 тысяч человек. Это не было «научным» исследованием, так как в нем отсутствовали рандомизированный план и контрольная группа^[21]. Однако результаты приятно удивили меня и, надеюсь, будут полезны вам.

Вот краткое изложение информации, полученной от родителей, которые каждый день проводят с детьми, упрямыми, как мулы.

- Детей-бунтарей в три раза больше, чем уступчивых. Почти в каждой многодетной семье есть ребенок, который хочет всеми управлять. Мальчиков-бунтарей больше, чем девочек, приблизительно на 5 %, а уступчивых девочек больше, чем уступчивых мальчиков, примерно на 6 %. Таким образом, прослеживается тенденция: мальчики обладают более жестким темпераментом, а девочки – более мягким. Но нередко происходит наоборот.

- Порядок появления ребенка в семье не влияет на его волю или уступчивость. Эти стороны темперамента обычно бывают наследственными и могут проявиться как у старшего, так и у самого младшего.

- Большинство родителей узнают, что у них ребенок с характером, очень рано. Треть из них понимает это с самого рождения ребенка. Две трети узнают об этом к концу первого года. 92 % родителей абсолютно уверены, что у них ребенок с сильной волей, к третьему дню рождения. Родители уступчивых детей понимают все еще раньше.

- Темперамент детей отражает темперамент родителей. Хотя существует много исключений, но у родителей-бунтарей, скорее всего, появятся такие же дети, и наоборот.

- Родители детей-бунтарей должны быть готовы к битвам с детьми в подростковом возрасте, даже если они правильно их воспитывали. 74 % детей с характером отчаянно бунтуют, когда становятся подростками. Чем слабее власть родителей, пока дети маленькие, тем тяжелее конфликты в будущем.

- Невероятно, но только 3 % послушных детей бунтуют в подростковом возрасте, а 14 % выражают слабое недовольство. Они начинают жизнь с улыбкой на лице и сохраняют ее вплоть до юности.

- Хорошая новость для родителей детей-бунтарей – мгновенный отказ от бунтарства с наступлением раннего взрослого возраста. Мятежные настроения отступают в начале третьего десятка и постепенно уходят совсем. Некоторые еще сохраняют раздражительность между двадцатью и тридцатью годами или чуть старше, но у большинства детей-бунтарей боевой дух к этому возрасту сходит на нет. Они мирно воссоединяются с обществом.

- У уступчивого/послушного ребенка больше шансов хорошо учиться, чем у бунтаря. Детей с характером, получающих неудовлетворительные оценки в последних двух классах старшей

школы, в три раза больше, чем уступчивых. Приблизительно 80 % уступчивых детей становятся отличниками и хорошистами.

- Считается, что уступчивые дети лучше приспосабливаются к социальной среде, чем бунтари. Дети, которые в раннем возрасте оспаривают авторитет родителей, чаще ведут себя оскорбительно по отношению к сверстникам.

- Обычно у послушного ребенка самооценка выше, чем у бунтаря. Невозможно переоценить это открытие. Только 19 % уступчивых детей были либо недовольны собой (17 %), либо испытывали крайнюю ненависть к себе (2 %). Среди подростков-бунтарей 35 % были недовольны собой, а 8 % испытывали сильную ненависть к себе. Создается впечатление, что ребенок с характером испытывает внутреннюю потребность ссориться, драться, не доверять, оспаривать, сопротивляться и бросать вызов.

Открытия, которыми я поделился с вами в этой главе, имеют огромное значение для понимания наших детей. Они и связанные с ними понятия подробно описаны в моей книге «Быть родителем – это не для слабаков» / *Parenting Isn't for Cowards*^[22].

Вопросы и ответы

В: Скажите, почему некоторые дети с преимуществами и возможностями встают на неправильный путь, в то время как другие, воспитанные в ужасных условиях, становятся столпами общества? Я знаю юношу, который вырос в убогой обстановке и все же стал прекрасным человеком. Как его родителям удалось воспитать такого ответственного сына – ведь, кажется, им было все равно?

О: Это иллюстрация того, что я пытался объяснить. Ни наследственность, ни окружающая среда не формируют полностью человеческое поведение. Здесь есть что-то еще – что-то внутри, – что также влияет на то, кто мы есть. Иногда поведение может быть объяснено какими-то конкретными факторами, а иногда нет.

Например, несколько лет назад я обедал с родителями, у которых был неофициально «усыновленный» тринадцатилетний мальчик.

Однажды днем этот ребенок пошел за их сыном до дома и спросил, можно ли ему переночевать у них. Так получилось, что он задержался почти на неделю, и за это время его мама не позвонила ему ни разу. Позже выяснилось, что она работала по шестнадцать часов в сутки и не интересовалась сыном. Муж-алкоголик развелся с ней несколько лет назад и бесследно исчез из города. Большую часть жизни мальчик подвергался жестокому обращению, его игнорировали и не любили.

Как вы думаете, кем он стал сегодня? Наркоманом? Сквернословящим хулиганом? Ленивым наглым бродягой? Нет. Он вежлив со взрослыми, трудолюбив, хорошо учится в школе и с удовольствием помогает дома. Он умолял усыновить его официально, чтобы он мог иметь настоящего отца и любящую мать. Его родной матери было все равно.

Как этот подросток смог стать таким дисциплинированным и образцовым, несмотря на отсутствие воспитания? Я не знаю. Он напоминает моего замечательного друга Дэвида Эрнандеса. Дэвид и его родители приехали нелегально в США из Мексики больше пятидесяти лет назад и чуть не умерли от голода, прежде чем нашли работу. Они выжили, помогая собирать урожай картофеля по всему штату Калифорния. В то время Дэвид жил под деревьями или в открытом поле. Отец смастерил печь из бочки, наполовину заполненной грязью. Костер был центром их дома.

У Дэвида никогда не было крыши над головой, пока семья не переехала в заброшенный курятник. Мать обклеила дешевыми обоями забитые досками стены, и Дэвид считал, что у них роскошный дом. А потом город Сан-Хосе забраковал этот район, и «дом» Дэвида снесли. Он никак не мог понять, почему люди разрушили такое прекрасное место.

Зная все это, невозможно объяснить то, кем стал Дэвид Эрнандес. Он закончил школу почти лучшим учеником в классе и получил стипендию на обучение в колледже. Там он снова стал одним из лучших студентов и через четыре года поступил на медицинский факультет университета Лома Линда. Дэвид вошел в десятку лучших студентов и продолжил учебу в ординатуре по специальности «Акушерство и гинекология». Со временем он стал преподавать акушерство и гинекологию в двух университетах: Лома Линда

и Южной Калифорнии. А потом, на пике карьеры, его жизнь начала рушиться.

Я никогда не забуду день, когда доктор Эрнандес позвонил мне после ряда лабораторных анализов. Диагноз? Склерозирующий холангит. В то время это заболевание печени влекло за собой фатальный исход. Шесть лет спустя, когда ему было всего сорок три, мир потерял прекрасного мужа, отца и друга. Я любил его, как брата, и до сих пор скучаю по нему.

Нерожденные дети уже несут в себе индивидуальность, о которой знает Бог.

И снова я спрашиваю себя: как такая дисциплина и гениальность могли зародиться в таких безнадежных условиях? Кто бы мог подумать, что обделенный ребенок, выросший в грязи, когда-нибудь станет одним из самых уважаемых хирургов своего времени? Откуда у него возникла мотивация? В каком бурлящем источнике зародились его амбиции и жажда знаний? У него не было книг, он не ездил на школьные экскурсии, не был знаком с учеными. И все же он дотянулся до небес. Почему все так произошло с Дэвидом Эрнандесом, а не с мальчиком, имевшим все преимущества и возможности?

Почему так много детей выдающихся и любящих родителей выросли в идеальных условиях только для того, чтобы отвергнуть все это ради улиц Атланты, Сан-Франциско или Нью-Йорка? Невозможно найти правильные ответы. Можно только сказать: Бог посылает каждому свой путь. Помимо поисков загадочной взаимосвязи, мы должны просто принять, что некоторые дети рождены, чтобы достойно пройти по нему, а другие полны решимости все испортить. Кто-то недавно напомнил мне, что кипящая вода не только размягчает морковь, но и делает крутыми яйца. Точно так же одни люди реагируют на определенные условия положительно, а другие – отрицательно. Мы не знаем почему.

Из всего этого мне очевидны две вещи. Первая: порой родители слишком спешат, приписывая себе заслуги или вину в том, что получилось из ребенка. Те, у кого дети оказались яркими молодыми суперзвездами, выпячивают грудь и говорят: «Посмотрите, чего мы достигли». Те, кто вырастил строптивых и безответственных детей,

думают: «Где мы ошиблись?» Нельзя сказать, что кто-то из них абсолютно прав. Никто не отрицает важной роли родителей в развитии и воспитании детей. Но они только часть составляющих, из которых складывается молодая личность.

Вторая: до сих пор ученые упрощали объяснение человеческого поведения. Мы шире, чем рамки нашего опыта, качество нашего питания, генетическая наследственность. Мы больше, чем наша биохимия и влияние родителей. Бог создал нас уникальными личностями, способными самостоятельно и рационально мыслить. Вот что делает задачу воспитания такой сложной и одновременно благодарной. В общем, когда вы думаете, что поняли своих детей, лучше не обольщаться. Что-то неожиданное уже поджидает вас впереди.

В: Писание подтверждает, что у младенцев присутствуют темперамент и личностные качества до рождения?

О: Да, из нескольких источников мы узнаем, что Бог относится к нерожденному ребенку как к личности. Он сказал пророку Иеремии: «Прежде нежели Я образовал тебя во чреве, Я познал тебя, и прежде нежели ты вышел из утробы, Я освятил тебя: пророком для народов поставил тебя» (Иеремия 1:5, RSV). Апостол Павел сказал, что мы также были избраны до рождения (см. Ефессянам 1:4). И в замечательном изложении нам рассказывают о пренатальном развитии близнецов Иакова и Исава. Как и предсказывалось, один оказался жестким и бунтарем по духу, а другой – что-то вроде маменькиного сынка. Они боролись друг с другом до рождения, и конфликт продолжался большую часть их жизни (см. Бытие 25:22–27). Потом в одном из самых загадочных и тревожных утверждений Библии мы находим – Господь сказал: «Иакова я возлюбил, а Исава возненавидел» (Римлянам, 9:13). Видимо, Бог увидел бунтарскую природу Исава до того, как он родился, и знал, что тот не будет восприимчив к Божественному духу.

Эти примеры показывают нам, что нерожденные дети уже несут в себе индивидуальность, о которой знает Бог. Они также подтверждают, по крайней мере для меня, зло аборт, уничтожающих эти маленькие эмбриональные личности.

В: Как вы можете утверждать, что драгоценные маленькие новорожденные приходят в мир со своим злом? Я согласна с экспертами, которые говорят, что дети рождаются хорошими и только позже учатся поступать неправильно.

О: Поймите, мы не обсуждаем здесь чистоту и невинность младенцев. Никто не подвергает сомнению их ценность как творений Бога. Разногласия касаются тенденций и склонностей, которые они унаследовали. Люди, верящие во врожденную доброту, заставляют нас согласиться, что человек от природы бескорыстен, честен, испытывает уважительное и доброе отношение к другим, сдержан, послушен властям и т. д. Дети, по вашим словам, лишь позже учатся неправильно поступать, если подвергаются воздействию коррумпированного и заблудшего общества. Плохой *жизненный опыт* – причина плохого поведения. Отсюда следует: чтобы вырастить здоровых малышей, родители должны обеспечить им благоприятную среду и отойти в сторону. Естественная доброта сама будет течь изнутри.

Это гуманистический взгляд на детскую природу. Миллионы людей верят в его правоту. Большинство психологов принимали и пропагандировали эту идею на протяжении XX века. Но есть в этой концепции одно «но»: она абсолютно не верна.

В: Как вы можете быть настолько уверены в своем понимании детской природы? Какие доказательства подтверждают вашу веру в то, что у детей есть склонность к неправильным поступкам?

О: Начнем с того, что «руководство пользователя» объясняет человеческую природу. Только Создатель детей может рассказать, как он их создал, что и сделано в Писании. Оно учит, что мы рождены в грехе, унаследовав непослушание от Адама. Царь Давид сказал: «Во грехе *родила* меня мать моя» (Псалом, 51:5, курсив автора), – что означает: склонность к неправильным поступкам передавалась генетически. Павел писал, что греховность свойственна каждому человеку, живущему на земле. «*Все* согрешили, и лишены славы Божией» (Римлянам, 3:23, курсив автора). Следовательно, дети наделены естественной склонности к бунтарству, эгоизму, лживости, агрессии, эксплуатации других и жадности. Их не надо этому учить. Это естественное выражение человеческой природы.

Хотя современный светский мир относится к этим взглядам с презрением, доказательства в их пользу неопровержимы. Как еще мы можем объяснить пагубную и извращенную природу буквально любого общества на земле? Кровавые войны более пяти тысяч лет занимают центральное место в мировой истории. Во всем мире люди всех рас и вероисповеданий столетие за столетием стремились насилловать, грабить, сжигать, взрывать и убивать друг друга. Мир был лишь кратковременной паузой, когда они останавливались для перезагрузки. Платон более 2350 лет назад сказал: «Только мертвые видели конец войны»^[23]. Он был прав, и так будет продолжаться до тех пор, пока не явится Принц Мира.

Ранние годы имеют решающее значение для будущего отношения ребенка к власти. Его следует терпеливо учить слушаться, а не ждать, пока он повзрослеет.

Не только народы воевали друг против друга со времен зарождения истории. Мы также находим удручающие случаи убийств, наркомании, растления детей, проституции, прелюбодеяния, гомосексуализма и непорядочности среди отдельных лиц. Как объяснить это всепроникающее зло в мире людей, естественным образом склонных к добру? Неужели они просто поддались антисоциальным и аморальным настроениям, несмотря на свои врожденные качества? Если так, то, конечно, хотя бы одно общество в целом мире сохранило бы доброту, с которой рождаются дети. Но где оно? Существует ли такое место? Нет, хотя можно допустить, что одни общества более нравственны, чем другие. Тем не менее, нигде нет гармонии, о которой говорят теоретики естественной добродетели. Почему? Потому что их основная посылка ошибочна.

В: Что это библейское понимание означает для родителей? Должны ли они считать своих детей виновными до того, как те сделают что-то плохое?

О: Конечно нет. Дети не отвечают за свои грехи, пока не достигнут возраста ответственности, а срок его известен только Богу. С другой стороны, родители не должны удивляться, когда ребенок начинает бунтовать и плохо себя вести. Вероятно, недостойное поведение

проявится к полутора годам или раньше. Любому, кто наблюдал за истерикой малышки, не получившей желаемого, трудно объяснить, почему фраза «врожденная доброта» стала так популярна! Разве ее мама или папа показывали ей пример, падая на пол, пуская слюни, пинаясь, плача и визжа? Думаю, вряд ли. Но ни один ребенок не нуждается в подобной демонстрации. Бунтарство приходит в этом возрасте само собой, правда, у разных детей оно проявляется по-разному.

Поэтому родители могут и должны воспитывать, лепить, исправлять, направлять, наказывать, поощрять, руководить, предупреждать, учить и любить своих детей в годы их становления. Их цель – сформировать внутреннюю культуру ребенка и не дать ему тиранить всю семью. Однако только Иисус Христос может очистить душу и сделать ее пригодной для Творца. Этому учит людей Библия, и в это я твердо верю.

В: Если для малыша естественно нарушать правила, следует ли его наказывать за непослушание?

О: Вы затронули очень важный вопрос. Многих шлепков и пощечин можно и нужно избегать. Малыши очень часто попадают в трудные ситуации из-за своей естественной необходимости трогать, кусать, пробовать на вкус, нюхать и крушить все, что находится на доступном расстоянии. Однако это исследовательское поведение не агрессивно. Оно служит важным средством обучения, и ему не нужно препятствовать. Я видел родителей, которые целыми днями шлепают двухлетних малышей за то, что те просто изучают свой мир. Такое подавление здорового любопытства несправедливо по отношению к ребенку. Глупо оставлять дорогую безделушку там, где она привлекает его внимание, а потом ругать его за то, что он не прошел мимо. Если маленькие пальчики будут упрямо тянуть ее с нижней полки, разумнее отвлечь ребенка, а не наказывать за упрямство. Малыши не могут сопротивляться искушению поиграть чем-нибудь новеньким, их легко заинтересовать менее хрупкой игрушкой. Родителям нужно всегда иметь под рукой несколько альтернативных предметов, на всякий случай.

Когда же следует наказывать малыша в легкой форме? Когда он открыто бросает вызов устным указаниям родителей. Если он убегает,

когда его зовут, нарочно разбивает бутылку с молоком об пол, бросается на проезжую часть, кричит и устраивает истерику перед сном, дерется с друзьями, – это неприемлемые формы поведения, которые нельзя поощрять. Однако даже в таких ситуациях не обязательно нужны шлепки. Уверенный, но не сильный хлопок по руке или приказ посидеть несколько минут в кресле не менее убедительно передают послание родителя. Шлепки лучше придержать для самых активных проявлений антагонизма, обычно происходящих после третьего дня рождения.

Ранние годы имеют решающее значение для будущего отношения ребенка к власти. Его следует терпеливо учить слушаться, а не ждать, пока он повзрослеет.

Не отказываясь ни от чего, что я сказал ранее, я все же признаюсь, что верю в разумную благосклонность (и юмор) в отношениях родителей и детей. В мире, где детей вынуждают взрослеть очень быстро, под постоянным взглядом критических глаз их дух может высохнуть, как чернослив. Поэтому так приятно видеть, как родители отказываются от суровости в пользу снисходительности. Любящему прощению всегда есть место в семье. Ничто так не исцеляет ранимую душу ребенка, как веселье и смех, наполняющие дом. Давно ли вы слышали хорошие шутки?

Глава 4

Формирование воли

Однажды в Канзас-Сити ко мне подошла молодая мама строптивой трехлетней девочки, чтобы поблагодарить за мои книги и передачи. Она рассказала, что несколько месяцев назад ее маленькая дочь стала чрезвычайно дерзкой и умудрялась держать в страхе расстроенных маму с папой. Они понимали, что она манипулирует ими, но им не удавалось восстановить контроль.

Однажды в магазине им случайно попала моя книга «*Не бойтесь наказывать*» / *Dare to Discipline* (недавно вышло новое, переработанное издание под названием «Новый подход к наказанию» / *The New Dare to Discipline*^[24]). Из нее они узнали, что, с моей точки зрения, допустимо отшлепать ребенка при определенных обстоятельствах, и, когда в следующий раз дочь дала им повод, воспользовались этим методом. Правда, малышка оказалась достаточно смысленной, чтобы понять, откуда родители набрались новых идей. Проснувшись на следующее утро, мама обнаружила книгу, плавающую в унитазе! Милая девчушка постаралась отправить мой «труд» в канализацию, где, по ее мнению, ему и было место. Я думаю, это самый яркий отзыв из всех, что я получал на свои работы!

Этот случай был не единственным. Другой малыш сумел выбрать именно мою книгу среди стоящих на полке и швырнуть ее в камин. После таких атак я легко мог бы стать параноиком. Доктор Бенджамин Спок, покойный педиатр, написавший широко известную книгу «Ребенок и уход за ним», был любим миллионами детей, воспитанных под его руководством^[25]. Меня же, по-видимому, презирают уже два поколения мальчишек и девчонок, мечтающих подкараулить меня в пустынном переулке темной ночью.

Я получаю восхитительные письма о дисциплине от детей и их родителей. Один студент колледжа подошел ко мне и с улыбкой вручил стишок, написанный специально для меня. Вот он:

*Розы красные,
Фиалки голубые,
А когда я был ребенком,
Из-за вас меня лупили.*

Потом он сказал: «Извините, сэр!»

Одна мама написала мне, что водила дочку к врачу на вакцинацию. Вернувшись вечером домой, девочка отрапортовала отцу: «У меня есть прививки от свинки, кори и плохого поведения». Разве вам не хотелось бы, чтобы существовала такая прививка? Я бы вводил ее своим подросткам по большой дозе, по крайней мере раз в неделю.

Восьмилетняя девочка прислала мне такое письмо:

*Дорогой Добисон,
Вы подлый и мерзкий тип. Ни вас, ни ваши книги не возьмут на
Небеса.*

Кристи П.

P. S. Дети не любят наказаний.

Очевидно, дети знают, что состязание воли между поколениями может стать своего рода игрой. Лайза Уэлчел, в прошлом детская актриса из ситкома «Факты жизни», описывала забавный разговор со своим четырехлетним сыном Такером в прекрасной книге «Креативное исправление» / *Creative Correction*. Лайза и ее муж уходили на званый ужин и оставили детей с няней. Стоя в дверях, Лайза сказала сыну:

«Я хочу, чтобы ты очень постарался слушаться няню».

Такер немедленно ответил:

«Ну, мам, даже не знаю, смогу ли я».

«Почему?» – спросила она.

С серьезным лицом малыш ответил:

«В моем сердце так много глупости. Не думаю, что там есть место для добродетели и мудрости».

«Может, – предложила Лайза, – нам стоит пойти в ванну и смыть всю глупость?»

На что Такер ответил:

«Подожди минутку. Чувствую, как глупость уходит сама, а на ее место вселяется добродетель!»^[26]

Словесная дуэль Лайзы и сына не представляла серьезной угрозы материнскому авторитету. На все реплики можно было (а так и случилось) отреагировать улыбкой. Но когда возникает настоящая бурная ссора между поколениями, для родителей крайне важно в ней победить. Почему?

У ребенка, который ведет себя неуважительно или подвергает опасности себя и других, часто есть скрытые мотивы. Сознательно или нет, он проверяет существование и крепость границ. Это испытание напоминает обязанность полицейского в давние годы – поворачивать дверные ручки в офисах с наступлением темноты, чтобы убедиться, что они заперты. Так же и ребенок, бросая вызов власти родителей, успокаивается, видя их твердость под его натиском. Это дает ему ощущение безопасности, сознание, что он живет в структурированной среде, где права других людей (и его собственные) защищены четко определенными границами.

С учетом сказанного, давайте начнем немедленно формировать волю ребенка. Я свел эту сложную тему к шести простым правилам, которые, надеюсь, будут вам полезны. Первое из них – самое важное, и мы разберем его очень подробно.

Первое правило: начинайте прививать ребенку уважение к власти, пока он еще маленький

Главный совет, который я мог бы дать родителям упрямых и независимых детей, – утвердить свое положение сильного, но любящего лидера, пока их малыши еще в дошкольном возрасте. Это первый шаг, чтобы помочь им научиться контролировать свои порывы. У вас мало времени. Как мы уже убедились, дерзкий ребенок находится в группе риска в отношении антисоциального поведения в будущем. Скорее всего, такие дети будут испытывать терпение учителей в школе и ставить под сомнения ценности, которые им прививают. Темперамент заставляет их сопротивляться любому приказу. К счастью, это не неизбежный исход, потому что невозможно прогнозировать поведение сложной человеческой личности. Но вероятность велика. Поэтому я повторяю насущный совет родителям:

начинайте формировать волю агрессивного ребенка в самом раннем возрасте. (Обратите внимание: я не говорю, что вы должны подавлять его волю – я призываю обуздать ее ради его же блага.)

Но как это сделать?

Сначала позвольте мне объяснить, как *не стоит* подходить к решению этой задачи. Жестокость, грубость и суровость неэффективны при формировании воли ребенка. Разрушительны и непродуктивны также частые порки, угрозы и критика. Родитель, который постоянно пребывает в состоянии злобы, вызывает у ребенка негодование, накапливающееся и вырывающееся наружу в подростковом возрасте и старше. Поэтому следует использовать любую возможность для поддержания приятной, веселой и мирной атмосферы в доме.

В то же время родители должны проявлять твердость. Вы, мама и папа, – главные в семье. Вы несете ответственность. Если вы поверите в это, то и вашему трудному ребенку придется поверить. К сожалению, сегодня многие матери проявляют робость и неуверенность в общении с маленькими детьми. Если вы понаблюдаете за ними в супермаркетах и аэропортах, то увидите, что расстроенные и злые мамочки совершенно не знают, как справиться с плохим поведением. Из-за детских истерик они готовы лезть в петлю, как будто никогда раньше их не видели. А ведь эти истерики наверняка случались уже не раз.

Мой друг, педиатр, рассказал мне, как ему позвонила взволнованная мама шестимесячного ребенка.

«Мне кажется, у него жар», – сказала она в панике.

«Вы измерили температуру?» – спросил доктор.

«Нет, – ответила она. – Он не дает мне поставить ему градусник».

Такую неуверенную мать в будущем ждут проблемы. В еще большей опасности ее сын. Он быстро почувствует ее неуверенность и заполнит вакуум власти, который она создала. Уже сейчас и позже, в течение всего подросткового периода, ее ждет неуправляемая езда.

Вот основные советы, которые помогут избежать этих проблем. Как только ребенок поймет, кто в доме хозяин, вы можете рассчитывать на его уважительное поведение. Но добиться этого не так просто. Маленький бунтарь просчитывает желания родителей и намеренно выбирает неподчинение. Как генерал перед боем, он оценивает

потенциальный риск, выстраивает свои войска и атакует врага. Когда происходит лобовое столкновение поколений, взрослым крайне важно проявить уверенность и решительность. Ребенок отчетливо дает понять, что нарывается на драку, и с вашей стороны будет мудро его не разочаровывать! Нет ничего более пагубного для родительского авторитета, чем увиливание от борьбы. Когда родители проигрывают одно сражение за другим, прибегая к крикам, слезам и другим признакам растерянности, в отношении к ним детей происходят драматические изменения. Вместо того чтобы быть надежными и уверенными лидерами, взрослые превращаются в бесхребетных медуз, недостойных уважения и подражания.

Известно, что Сусанна Уэсли, мать евангелистов XVII века Джона и Чарльза Уэсли, родила девятнадцать детей. Перед смертью матери Джон попросил ее изложить в письменном виде свою философию воспитания. Как вы увидите из приведенных ниже отрывков, ее убеждения отражают традиционный взгляд на воспитание детей. Она писала:

Чтобы сформировать души детей, первым делом нужно победить их волю и привести их к послушанию. Говорить о понимании – это вопрос времени, и здесь нужно действовать не торопясь, по мере способности детей понимать; а вот подчинение воли – первоочередная задача, решить которую нужно чем раньше, тем лучше!

Нельзя пренебрегать своевременной коррекцией, в результате которой уменьшается любое упрямство. Этого невозможно достичь без подчинения воли. Тогда не нужно будет прибегать к жестокости, столь болезненной и для меня, и для детей. В глазах мира те, кто не спешит с исправлением, выглядят добрыми и снисходительными родителями. Я же называю их жестокими, потому что они позволяют детям приобретать привычки, которые потом придется искоренять. Некоторые родители так горячо любят своих детей, что учат их делать то, за что потом будут наказывать.

Всегда, когда ребенка исправляют, его подчиняют; и это несложно сделать, пока он еще не стал слишком упрямым из-за излишней снисходительности. И если воля ребенка полностью

подчинена, если он испытывает к родителям почтение и благоговение, то можно избежать огромного количества детских безумств и непреднамеренных поступков. На одни из них можно не обращать внимания, за другие – мягко упрекнуть. Но умышленные согрешения нельзя прощать детям без наказания, требуемого природой или обстоятельствами поступка.

Я не могу отмахнуться от этой задачи. Так как своеволие – корень всех грехов и страданий, то снисходительность к нему в детях обрекает их на несчастье и измены. Контролируя и умерщвляя своеволие, вы повышаете шанс их будущего счастья и благочестия. Это еще более очевидно, если учесть, что христианство – не что иное, как исполнение воли Божьей, а не нашей собственной; большим препятствием к нашему временному и вечному счастью становится своеволие. Не потакать ему должно стать нашей привычкой, а вот не отрицать его – невыгодно^[27].

Звучит жестко с точки зрения современных стандартов? Возможно. Но я подхожу к воспитанию с состраданием и мягкостью, поэтому верю, что философия миссис Уэлси было правильной. Если ребенку-бунтарю позволить развивать «привычки» неповиновения и неуважения с самого раннего детства, то это не только доставит массу проблем родителям, но, в конечном счете, навредит и ему самому, чья безудержная воля не была взята под самоконтроль.

Означает ли это то, что мамы и папы должны раздавать приказы весь день напролет, не обращая внимания на чувства и желания ребенка? Конечно нет. Мне бы не хотелось, чтобы со мной обращались подобным образом, да и вам тоже. В большинстве случаев вы можете обсудить ситуацию и прийти к взаимопониманию. Кроме того, нет ничего предосудительного в переговорах и компромиссе, когда возникают разногласия между поколениями. Возможно, шестилетний Лэни добровольно отдохнет или поспит днем, чтобы посмотреть по телевизору детскую программу, которая начинается позже, чем он обычно отправляется в кровать, вечером. Мама может предложить подвезти десятилетнюю дочку на тренировку по футболу, если та уберется в своей комнате. Существует бесконечно много ситуаций, когда можно достичь соглашения без «выигравших и проигравших»

и без постоянных требований и угроз в адрес ребенка. Эти взаимосогласованные решения не подорвут родительский авторитет и не укрепят воинственный дух даже у очень упрямого ребенка.

Вместо того чтобы быть надежными и уверенными лидерами, взрослые превращаются в бесхребетных медуз, недостойных уважения и подражания.

Пришло время поговорить о тоне голоса, добром и твердом одновременно, которым вы произносите: «Пожалуйста, сделай это сейчас, потому что я так сказала». Нельзя постоянно вести переговоры, повторять одно и то же и призывать к совместным действиям. Вовсе не обязательно выражать каждое требование в вопросительной форме, например: «Ты бы не хотел принять ванну?» Иногда вам просто придется показать, что вы босс. Как мы узнали из предыдущей главы, именно такому проявлению родительского авторитета сопротивляются зубами и когтями многие современные советчики по воспитанию. Они не хотят, чтобы мамы и папы вели себя как главные. Некоторые даже называют этот стиль управления «силовыми играми». Один автор книг для родителей выразил свою философию следующим образом:

Упорное сохранение идеи о том, что родители должны прибегать к власти в общении с детьми, по-моему, на протяжении веков мешало появиться каким-либо значительным изменениям в воспитании и в том, как взрослые обращаются с детьми. Детей возмущают те, кто имеет власть над ними. Они готовы ограничивать свое поведение, если понимают, что оно должно быть ограничено или изменено. Дети, как и взрослые, предпочитают контролировать себя сами^[28].

Я категорически с этим не согласен. Бог наделил родителей властью на ограниченный срок. Когда они боятся или не хотят исполнять возложенные на них обязанности, ребенок с характером выходит на первый план. Как мы уже видели, управлять всем вокруг – это его страсть. Если мама или папа не будут править, тогда, гарантирую, ваш трудный ребенок заграбастает роль руководителя в свои руки. А это начало беды для обоих поколений.

Новый Завет, о котором говорится в Священном Писании как о «богодухновенном» (2, к Тимофею, 3:16), красноречиво выражает эту суть. Мы читаем об отце (1, к Тимофею, 3:4): «хорошо управляющий домом своим, детей содержащий в послушании со всякою честностью». В послании к Колоссянам 3:20 выражен Божественный принцип для молодого поколения: «Дети, будьте послушны родителям вашим во всем, ибо это благоугодно Господу». Я не нахожу места в Библии, где наши малыши назывались бы соучастниками дискуссии на конференции, принимающей решение: следовать им или не следовать руководству старшего поколения. Воистину силовые игры!

Почему Библия так активно поддерживает родительскую власть? Неужели это просто угождение прихотям угнетающих, властолюбивых взрослых, как нас стараются убедить? Нет. Руководство родителей играет огромную роль в развитии ребенка! Уступая любящему авторитету родителей, ребенок учится подчиняться другим формам власти, с которыми он позже столкнется в жизни. Без уважения к руководству возникают анархия, хаос и неразбериха для всех.

Есть еще более важная причина для сохранения власти в семье. Дети, которые с ней знакомы, учатся следовать благожелательному руководству самого Бога. Известно, что ребенок отождествляет своих родителей с Богом в первые дни, независимо от того, хотят взрослые такой роли или нет. В частности, большинство детей видят Бога таким, какими они воспринимают своих земных отцов (и, в меньшей степени, матерей).

Этот факт нашел подтверждение в нашем доме, когда нашему сыну Райану было всего два года. С детства он видел, как сестра, мать и отец произносят молитву перед едой, благодаря Бога за пищу. В силу возраста малыш не принимал участия в молитве. Однажды, когда я уехал из города, Ширли поставила перед ним обед и спросила: «Ты хотел бы помолиться и поблагодарить за нашу сегодняшнюю пищу?» Этот вопрос явно испугал малыша. Он нервно огляделся вокруг, сложил ладошки и произнес: «Я люблю тебя, папа. Аминь».

Когда я вернулся домой и мне рассказали о молитве Райана, стало ясно, что сын спутал меня с Богом. И я, признаюсь, был этому не рад! Я оценил его отношение, но почувствовал себя неудобно. Слишком сложная задача, чтобы простой отец мог с ней справиться. Уверен,

были времена, когда я разочаровывал своих детей: я уставал и не мог дать им то, что требовалось от меня, или мои человеческие слабости оказывались слишком очевидными. Чем старше они становились, тем сильнее проявлялось несоответствие между тем, кем я был и кем они представляли меня раньше, особенно в беспокойное подростковое время. Нет, мне не хотелось представлять сыну и дочери Бога в своем лице. Но, нравилось мне это или нет, они видели меня таким. И ваши маленькие дети, вероятно, смотрят на вас теми же глазами!

Ребенок отождествляет своих родителей с Богом в первые дни, независимо от того, хотят взрослые такой роли или нет.

Иными словами, Создатель возложил на родителей удивительную ответственность: представлять Его перед своими детьми. А раз так, им нужно отражать два аспекта Божественной природы. Во-первых, наш небесный Отец – Бог безграничной любви, и дети должны познать Его милость и нежность через нашу любовь к ним. Но не совершите здесь ошибку: наш Господь также обладает величественной властью! Вселенная упорядочена Богом, который требует послушания от своих детей и предупреждает, что «цена греха – смерть» (Римлянам, 6:23). Показать нашим малышам любовь без власти – такое же серьезное искажение природы Бога, как и железный кулак власти без любви.

С этой точки зрения ребенок, который всегда «договаривался» с родителями и учителями в моменты конфликта, вероятно, не научился подчиняться власти Всевышнего. Если этому малолетке позволено вести себя неуважительно по отношению к маме и папе, не слушаясь их и не подчиняясь приказаниям, тогда вряд ли он повернется к Богу лет через двадцать и смиренно скажет: «Вот я, Господи, пошли меня!» Повторюсь: ребенок учится подчиняться власти Бога, сначала учась подчиняться (а не торговаться) руководству собственных родителей.

Но что имел в виду апостол Павел в своем первом Послании к Тимофею, где он ссылаясь на родителей, имеющих «надлежащие полномочия»? Он давал им право избивать своих детей, игнорируя их чувства, и вселять в них страх и тревогу? Нет. Павел говорит о прекрасной альтернативе и в этом письме, и в послании к Ефессянам

6:4. Читаем: «И вы, отцы, не раздражайте детей ваших, но воспитывайте их в учении и наставлении Господнем».

Другие пять общих правил формирования воли ребенка мы рассмотрим без особых подробностей.

Второе правило: устанавливайте границы до того, как они будут навязаны

Необходимо устанавливать границы и разумные ожидания от поведения ребенка до любого дисциплинарного события. Он должен заранее знать, какое поведение считается приемлемым и неприемлемым, прежде чем придется нести за него ответственность. Это устранил чувство несправедливости, которое испытывает ребенок, когда его наказывают или ругают за нарушение нечеткого или неустановленного правила.

Третье правило: умение различать умышленное неповиновение и детскую безответственность

Давайте вернемся к письму Сюзанны Уэсли, где она рекомендовала матери и отцу не заострять внимание на «детских глупостях и неосторожности», но никогда не игнорировать «умышленные согрешения». Что она имела в виду? Она указывала на необходимость различать то, что я назвал детской безответственностью и «умышленным неповиновением». Между этими двумя понятиями лежит целая пропасть. Умение их различать полезно для понимания поведения и правильного реагирования на него. Позвольте мне объяснить.

Маленький Дэвид играет в гостиной, падает на стол и разбивает дорогие фарфоровые чашки. Эшли теряет велосипед или оставляет мамин кофейник на улице под дождем. Четырехлетняя Брук тянется к тарелке брата, задевает его стакан с молоком, обливает малыша и устраивает полный беспорядок на полу. Хотя эти случаи очень неприятны, это всего лишь детская безответственность, а не долгосрочная схема поведения. Как мы знаем, дети регулярно разливают, теряют, ломают, забывают и разбрасывают вещи. Такие уж они дети. Эти формы поведения – их механизм защиты от забот и бремени взрослых. Когда такое случается, терпение и терпимость – вот ваша реакция. Если глупость несовместима с возрастом ребенка,

мама или папа могут потребовать его помощи в уборке или даже привлечь к работе для возмещения ущерба. Иногда событие можно вообще проигнорировать – это зависит от того, где оно произошло.

Но есть другая категория поведения. Она проявляется, когда ребенок бросает вызов власти родителя вопиющим образом. Чадо может кричать: «Не буду!», «Заткнись!» или «Ты не можешь заставлять меня!». Такое случается, когда ребенок хватает горсть конфет на кассе в магазине и отказывается их вернуть или когда он бьется в истерику, чтобы добиться своего. Это умышленная демонстрация непослушания. Вы начертили линию, и ребенок намеренно поставил на нее свою ножку. Вы оба спрашиваете: *Кто победит? У кого больше смелости? Кто здесь главный?* Если вы не дадите однозначных ответов на эти вопросы ребенку-бунтарю, он будет начинать новые сражения, чтобы задавать их снова и снова. Вот почему вы должны быть готовы немедленно ответить на этот бунт. Это то, что имела в виду Сюзанна Уэсли, когда писала: «На одни [проступки] можно не обращать внимания, за другие – мягко упрекнуть. Но умышленные согрешения нельзя прощать детям без наказания, требуемого природой или обстоятельствами поступка». Сюзанна пришла к этому пониманию на двести пятьдесят лет раньше меня. Она узнала это от девятнадцати детей, которые называли ее мамой.

После столкновения – особенно со слезами – ребенок обычно хочет обнять вас и получить заверения, что вы любите его.

Сейчас я собираюсь порекомендовать вам кое-что, вызывающее споры в определенных кругах. Возможно, вы не согласитесь с этим, но выслушайте меня. Когда вы и ваш ребенок вступаете в одно из классических сражений воли, знайте, что это неподходящее время, чтобы обсуждать добродетели послушания. Вам не следует отправлять Джека или Джейн в собственную комнату, чтобы они там дулись. Тайм-аут не очень хорошо работает, а «время пришло» – полный провал. О подкупе вообще не стоит говорить. Плакать и молить о пощаде – катастрофа. Ждать, когда уставший папа придет домой и разрулит ситуацию в конце дня, также недействительно. Ни один из этих сюси-пусси-ответов и оттягивание решения не принесут успеха.

Когда вам брошен вызов, нужно защищать свое право руководить. Если отцы и матери не могут главенствовать в такой момент, они создают для себя и своей семьи потенциальную душевную боль на всю жизнь. Или, как писала Сюзанна Уэсли: «Не потакать ему должно стать нашей привычкой, а вот не отрицать его – невыгодно». Поэтому я считаю, что слабое и пропорциональное наказание в виде легкой порки может положительно сказаться на вспыльчивом ребенке от двадцати месяцев до десяти лет.

В восьмой главе я буду более подробно говорить о телесных наказаниях, их преимуществах, ограничениях и опасности неправильного использования.

Четвертое правило: успокаивать и учить после противостояния

После конфликта, во время которого родитель продемонстрировал свое право на лидерство (особенно если дело закончилось слезами ребенка), малыш в возрасте от двух до семи (или старше), вероятно, захочет быть утешенным и услышать, что он любим. Обязательно обнимите его! Прижмите его к себе и скажите, как вы его любите. Покачайте его нежно и дайте ему понять, за что он был наказан и как он может избежать неприятностей в следующий раз. Это самый подходящий момент для объяснения цели наказания. Такая беседа трудна или невозможна, когда бунтующая, непреклонная маленькая девочка сжимает кулаки и нападает на вас. Но после столкновения – особенно со слезами – ребенок обычно хочет обнять вас и получить заверения, что вы любите его. В любом случае позвольте ей прижаться к вашей груди. А для христианской семьи чрезвычайно важно в это время помолиться с ребенком, признаваясь Богу, что мы все согрешили и никто не совершенен. Божественное прощение – это чудесный опыт, даже для очень маленького ребенка.

Пятое правило: избегайте неосуществимых требований

Будьте абсолютно уверены, что ребенок в состоянии выполнить ваши правила. Никогда не наказывайте его за случайно описанную постель, за то, что он не приучен к горшку в годовалом возрасте, или за плохие отметки в школе, если он не очень способен к учебе. Эти невозможные требования поставят ребенка перед лицом неразрешимого конфликта: выхода нет. В результате возникает

ненужная нагрузка на эмоциональную систему. Помимо всего прочего, это еще и несправедливо.

Шестое правило: пусть любовь будет вашим путеводителем!

Отношения, которые полны подлинной любви и привязанности, вероятно, будут здоровыми, несмотря на то что некоторые родительские ошибки неизбежны.

Эти шесть правил должны стать основой для здоровых отношений между родителями и детьми. Есть еще один момент, который придает законченность картине. Мы прочитаем о нем в следующей главе.

Вопросы и ответы

В: Вы сказали, что нам нужно понимать намерения детей, чтобы знать, как правильно наказать их. Но если я не уверена? Допустим, мой ребенок ведет себя так, что это может быть умышленным непослушанием, а может и нет. Как мне различать?

О: Этот вопрос мне задавали десятки раз. Мама говорит: «Мне кажется, что Гаррет вел себя неуважительно, когда я велела ему идти в ванну, но я не знаю точно, о чем он думал».

Существует простое решение этой родительской дилеммы. Скажите своему сыну: «Гаррет, ты ответил мне неуважительно, но я не уверена, что ты хотел мне нагрубить. Чтобы мы понимали друг друга, больше не разговаривай со мной подобным образом». Если то же самое произойдет снова, вы узнаете, что поступок был преднамеренным. Основное непонимание, за что нужно наказывать, – результат неправильно установленных родителями границ. Если вы сомневаетесь в том, что приемлемо, а что нет, то ваш ребенок тем более запутается.

Большинство детей примут границы, если они понимают их и уверены, что вы все продумали, когда устанавливали их.

В: Если бы вам пришлось выбирать между очень авторитарным стилем воспитания и снисходительным и нестрогим, какой бы вы предпочли? Что полезнее для детей?

О: Обе крайности оставляют шрамы в душах детей, и мне трудно сказать, что хуже. В авторитарной среде ребенок страдает от унижения. В ледяной и жесткой атмосфере он живет в постоянном страхе. Он не способен принимать решения, и его личность раздавлена коваными ботинками родительских прав. Результатом такого подавления становятся долгая зависимость, гнев и серьезные подростковые срывы.

Но и противоположная крайность опасна для детей. При отсутствии родительского руководства он становится сам себе хозяином с раннего детства. Девочка, например, думает, что мир вращается вокруг ее особы, и часто испытывает полное презрение и неуважение к своим близким. Анархия и хаос царят в ее доме. Ее мать – часто самая измотанная и расстроенная женщина в квартале. Ее трудности и растерянность имели бы смысл, если бы ее дети росли здоровыми и благополучными. Но обычно такого не происходит.

Самый здоровый подход к воспитанию детей – золотая середина между дисциплинарными крайностями. Я попытался проиллюстрировать это разумный стиль воспитания на обложке моей первой книги «Не бойтесь наказывать», где показана маленькая диаграмма:



Дети обычно расцветают в среде, где два ингредиента – любовь и контроль – присутствуют в сбалансированных пропорциях. Когда весы склоняются в одну из сторон, в доме появляются проблемы. К сожалению, принятые в обществе методы воспитания, как правило, качаются, как маятник, то взад, то вперед, от одной крайности к другой.

В: Мне нужен совет насчет небольшой проблемы. Тим, мой шестилетний сын, любит давать мне и моему мужу глупые прозвища. Например, на прошлой неделе он сказал: «Ты большая сосиска». Почти каждый раз, когда он видит меня, он говорит:

«Привет, сосиска». Перед этим была «кукла», потом «лосиха» (после того как он выучил букву «л» в школе). Я понимаю, что это пустяковая проблема, но все слишком затянулось и действует на нервы. Он так ведет себя почти год. Как можно заставить его обращаться к нам более уважительно и называть нас «мама» и «папа», а не сосиской с лосем? Спасибо за любой ваш совет.

О: Это такая же классическая игра власти, как и те, что мы уже обсуждали раньше. И вопреки тому, что вы сказали, это серьезно. В других обстоятельствах было бы не страшно, если бы ребенок называл родителей игривыми именами. Но здесь мы видим упрямство. Тим продолжает поступать так, зная, что это раздражает вас и мужа, а вы не можете остановить его. Проблема в этом. Он использует юмор как тактику неповиновения уже целый год. Настало время сесть и спокойно поговорить с ним об этом. Объясните ему, что он неуважительно ведет себя по отношению к вам и если он в следующий раз обзовет вас или отца, то будет наказан. Вы должны быть готовы выполнить обещание, потому что он будет продолжать бросать вам вызов, пока это не перестанет приносить ему удовольствие. Поэтому его нужно заставить. Если этого не сделать, его оскорбления, вероятно, станут более резкими и выльются в подростковые кошмары. Для ребенка с сильной волей ваше смирение – это приглашение к войне.

Никогда не забывайте: классический ребенок с характером жаждет власти с тех пор, как научился ходить или даже раньше. Так как мама – самая близкая из взрослых, держащих бразды правления, он будет атаковать ее, пока она не позволит ему управлять собственной коляской.

Помню одну маму, которая рассказывала мне о ссорах с упрямой четырехлетней дочкой. Девочка настаивала на своем, а мама гнула свою линию.

«Дженни, – сказала мама, – ты будешь делать то, что я говорю. Я главнее тебя. Бог возложил на меня ответственность руководить тобой, и я намерена ее нести!»

Дженни обдумывала это с минуту, а потом спросила: «Как долго это должно продолжаться?»

Разве не прекрасно здесь раскрыта суть? Уже в четыре года ребенок предвкушал, что настанет день свободы и никто не будет говорить ей, как поступать. Нечто глубоко в ее душе жаждало контроля над миром.

Последите за вашим ребенком. Если он упрямец, это скоро проявится.

В: Разве мать не манипулирует ребенком, используя поощрения и наказания, чтобы заставить его делать то, чего она от него хочет?

О: Не более, чем начальник завода манипулирует своими сотрудниками, когда штрафует их за опоздание. Не более, чем офицер полиции, выписывающий штраф водителю за превышение скорости. Не более, чем страховая компания манипулирует тем же водителем, увеличивая его взносы. Не более, чем внутренняя налоговая служба манипулирует налогоплательщиком, который опаздывает с выплатой налога всего на день и с него взимается штраф. Слово *манипуляция* подразумевает зловещий или эгоистичный мотив того, кто находится у власти. Я не согласен.

В: Вы описали умышленно вызывающее поведение и то, как родители должны реагировать на него. Но всегда ли неприятное поведение – результат бунта и неповиновения?

О: Нет. Неповиновение может сильно отличаться от «вызова», который я описывал. Негативизм ребенка может быть результатом разочарования, расстройства, усталости, болезни или неприязни. Следовательно, на него нужно отреагировать как на предупредительный сигнал. Возможно, самая сложная задача для родителей заключается в умении различать поведенческие сигналы. Детское устойчивое поведение всегда содержит в себе некое сообщение для родителей, которое они должны расшифровать, прежде чем отреагировать на него.

Например, непослушный ребенок может говорить: *«Я чувствую себя нелюбимым, с тех пор как появился этот вечно ноющий братик. Раньше мама любила меня, а теперь я никому не нужен. Всех ненавижу»*. Когда такое сообщение лежит в основе неповиновения, родителям нужно быстро действовать, чтобы устранить его причину. Таким образом, искусство хорошо воспитывать строится на умении истолковать поведение.

В: Я никогда не знаю, как реагировать на поведение моих детей. Не могли бы вы привести конкретные примеры неправильного поведения, за которое следует наказывать, и наоборот – что нужно проигнорировать или решить иным образом?

О: Я назову несколько примеров, соответствующих различным возрастным категориям. Спросите себя, как бы вы справились с ними, прежде чем прочтете мои предложения. (В большинстве случаев это реальные ситуации, описанные родителями.)

Пример: Я очень расстраиваюсь, потому что мой двухлетний сын не может спокойно сидеть в церкви. Он знает, что нельзя шуметь, но стучит игрушкой по скамье или громко разговаривает. Должна я его отшлепать за непослушание?

Мой ответ: Мама, спрашивающая об этом, плохо понимает маленьких детей. Для большинства двухлеток сидеть тихо в церкви – все равно что переплыть Атлантический океан. Они изнывают, всем мешают и отравляют окружающим каждую секунду, если не спят. Нет, такого ребенка не следует наказывать. Его нужно оставлять в детской комнате, где он может сотрясать фундамент, не мешая молящимся.

Пример: Мой четырехлетний сын вошел в дом и сказал, что видел льва на заднем дворе. Он не старался пошутить. Он по-настоящему пытался убедить меня, что не лжет, и выглядел расстроенным, когда я не поверила ему. Я хочу, чтобы он стал честным человеком. Нужно ли мне было его отшлепать?

Для ребенка с сильной волей ваше смирение – это приглашение к войне.

Мой ответ: Конечно нет. У дошкольников очень тонкая грань между фантазиями и действительностью, и они часто путаются в них. Например, я помню, как повел сына в Диснейленд, когда ему было три года. Его привел в ужас волк с тремя поросятами. Райан взглянул на его острые кривые зубы и закричал от страха. У меня сохранилось видео, где он забирается на руки к матери, спасаясь от опасности. Когда мы вернулись домой, я рассказал Райану, что внутри волчьего костюма сидел «очень добрый человек», который никого бы не обидел.

Мой сын так обрадовался этой новости, что ее нужно было повторить для него несколько раз.

Он повторял: «Пап?»

«Что, Райан?»

«Расскажи мне про этого «очень доброго человека!»

Как вы видите, Райан не мог отличить сказочного персонажа от реальной угрозы. Думаю, что в основе истории со львом лежит то же самое смешение понятий. С тем же успехом ребенок мог верить, что на заднем дворе был лев. Со стороны мамы мудрее было бы поддержать игру и дать понять малышу, что она не верит его словам. Она могла бы сказать:

«О, мой Бог! Лев на заднем дворе! Надеюсь, что это был всего лишь добрый старый кот. А теперь, Джонатан, вымой руки и иди обедать».

Пример: Джон учится во втором классе. В прошлом месяце учительница написала нам записку о его плохом поведении и передала с ним. Но Джон выбросил ее. Мы узнали на родительском собрании, что он солгал нам и уничтожил записку. Как бы поступили вы?

Мой ответ: Это намеренное непослушание. Узнав об этом, я бы, вероятно, отшлепал Джона за плохое поведение в школе и за то, что он солгал родителям. Потом я поговорил бы с учительницей и узнал, почему он носился по школе и почему боялся принести домой записку.

Глава 5

Защищая дух

Мне нужно кое-что прояснить вам по поводу формирования воли у строптивного ребенка. Из написанного выше читатель мог бы сделать вывод, что я считаю «маленьких людей» злодеями, а их родителей – всегда «хорошими ребятами». Естественно, это не так. Дети, включая и тех, кто постоянно бросает вызов власти, – удивительные существа, которым нужно много любви и понимания каждый день. Более того, для них крайне важно установить гармоничное окружение, где дисциплина и возможное наказание сочетаются с терпением, уважением и любовью. Пощечина, которая должна заставить ребенка слушаться, становится настоящим несчастьем даже для того, кто решительно настроен нарушать все правила. Она ранит не только физически – она также наносит непоправимый ущерб духовному состоянию. Отсюда наша задача – не только формировать волю, но и не сломить дух ребенка.

Чтобы прояснить двойственную задачу воспитания, необходимо понять различие между волей и духом. Воля, как мы видели, – это глубоко укоренившееся желание добиваться своего. Сила такого желания различна, но в той или иной мере оно присутствует у каждого человека. У покладистых людей оно может не проявляться до двадцати-тридцати лет и старше, но его признаки все равно существуют и ждут подходящих условий.

Например, считается, что расстройства пищевого поведения и анорексия связаны с подавленным самолюбием, которое, в конечном счете, заявляет о себе в вопросах питания. По крайней мере, «хорошая девочка» и, сравнительно реже, «славные мальчики» могут сами начать решать, есть или не есть в подростковом возрасте или в юности, несмотря на мольбы и предупреждения со стороны родителей, врачей и друзей.

Напротив, своеволие независимого ребенка заметно с самого рождения. Просто удивительно, как рано оно может заявить о себе. Исследования неонатального периода показывают, что ребенок в возрасте двух-трех дней уже способен манипулировать родителями,

чтобы получить желаемое и необходимое. В 1999 году психолог и профессор Чикагского Университета Аманда Вудворд опубликовала исследование, которое показало, что задолго до того как ребенок начинает говорить, он или она способны угадывать реакцию родителей и взаимодействовать с ними в свою пользу^[29]. Это заключение не удивит мам и пап детей-бунтарей, которым приходится по ночам вставать к крохе, откровенно выражая свои желания.

В год или два некоторые малыши могут от злости задерживать дыхание до потери сознания. Любой, кто наблюдал эту картину ярости, был шокирован ее мощью. Их гнев бывает еще и достаточно дерзким. Мать одной упрямой трехлетки рассказывала мне, как ее дочь, отказываясь подчиняться, говорила: «Ты же знаешь, что ты всего лишь моя мамочка!» Другая малышка визжала каждый раз, когда мать крепко брала ее за руку и вела через парковку. Девочка орала на пределе своих легких: «Отпусти! Ты делаешь мне больно!» Смущенная мать встречала враждебные взгляды прохожих, считавших, что она жестоко обращается с ребенком.

Воистину, своеволие – это поразительная составляющая человеческой личности. Оно не хрупкое и не шаткое. Своеволье можно и нужно заключать в рамки и подчинять родительскому руководству. Разве вы не читали о суицидальных взрослых, которые, стоя на выступах или мостах, угрожали прыгнуть вниз? Некоторые из них бросают вызов объединенным силам армии, флота и морской пехоты, отчаянно стремящимся спасти их жизнь. И хотя этих людей подавляли эмоционально, их решимость контролировать собственную судьбу осталась в целостности и сохранности.

Наша задача – не только формировать волю, но и не сломить дух ребенка.

Родители не навредят ребенку, контролируя его бунтарскую природу, даже если эти меры включают конфронтацию, строгость, предупреждения и уместное разумное наказание. Только принимая неизбежные вызовы и «выигрывая» в эти критические моменты, родители научат упрямого мальчика или девочку цивилизованному поведению. И только тогда этот ребенок сможет контролировать свои порывы в будущем.

Теперь, когда мы обсудили необходимость формирования воли в раннем детстве, давайте рассмотрим другие родительские обязанности, которым нужно уделить особое внимание.

Воля сделана из титана и стали, но человеческий дух в миллион раз нежнее. Он отражает самооценку и чувство достоинства ребенка. Это самая хрупкая характеристика в человеческой натуре, и она особенно страдает от неприятия, насмешек и неудач. С духом нужно обращаться очень осторожно.

Как же нам формировать волю, сохраняя при этом дух? Это формирование происходит путем заблаговременного установления разумных границ и последующего их усиления при участии любви. Никаких намеков ребенку на то, что он нежеланный, ненужный, глупый, уродливый, тупой, обременительный, вызывающий стыд или результат ужасной ошибки. Любое обвинение или опрометчивый комментарий – удар по достоинству. Фраза «Ты такой глупый!» может оставить рану на всю жизнь. Есть и другие вредные замечания: «Почему ты не можешь получать хорошие оценки в школе, как твоя сестра?», «Ты действуешь мне на нервы с самого рождения!», «Я говорила твоей матери, что глупо было рожать еще одного ребенка», «Бывают моменты, когда мне хочется отдать тебя кому-нибудь на усыновление» и «Как кто-то может любить такого толстяка, как ты?».

Неужели родители могут говорить такие обидные вещи своему ребенку? К сожалению, и могут, и говорят. Мы все способны бросаться резкими словами, когда мы сильно сердиты или разочарованы. Поступив так однажды, мы можем покаяться через несколько часов, но слова уже выжгли свой след в душе ребенка и будут отравлять ее еще долгие годы.

Эта тема настолько важна, что я сделал ее центральным элементом своей книги «Воспитание мальчиков» / *Bringing Up Boys*. Позвольте мне процитировать часть этого обсуждения, особенно полезную для родителей иногда раздражающих детей-бунтарей.

[Слова] так легко произнести, часто беспричинно, а порой и не обдумав. Те, кто критикует других или проявляет враждебность по отношению к ним, могут не понимать или не верить в то, что сказали. Возможно, их комментарии отражают сиюминутную

ревность, обиду, депрессию, усталость или месть. Но независимо от намерения, резкие слова жалят, как пчелы-убийцы. Почти все мы переживали моменты, когда родитель, учитель, друг, коллега, муж или жена сказали что-то, задевшее нас за живое. Эта боль навсегда осталась в памяти. Таково удивительное свойство сказанного слова. Даже если человек забывает большую часть своего повседневного опыта, самые болезненные комментарии порой запоминаются на десятилетия. Сам же причинивший боль, возможно, и не вспомнит о ней через несколько дней.

[Сенатор] Хиллари Клинтон рассказала историю о своем отце, который никогда не поддерживал ее. Учась в старшей школе, она принесла домой табель успеваемости с самыми высокими оценками и показала отцу, надеясь на похвалу. Вместо этого он сказал: «Ну, у тебя, должно быть, слишком легкая учеба». Тридцать пять лет спустя это замечание все еще обжигает миссис Клинтон. Такой бездумный ответ, возможно, был просто случайной остротой, но он породил боль, которая не утихла по сей день ^[30].

Если вы обидели кого-то, будь то ребенок, супруг или коллега, нужно перебинтовать рану, пока не началась инфекция.

Если вы сомневаетесь в силе слов, вспомните, что писал Иоанн под Божественным вдохновением. Он сказал: «В начале было Слово, и Слово было с Богом, и Слово было Богом» (Иоанн 1: 1). Иоанн описывал Иисуса, Сына Божьего, чья личность отождествлялась со словами. Это показывает бессмертность слов. Матфей, Марк и Лука записали пророчество Иисуса, которое подтверждает вечную природу его учений. Он сказал: «Небо и земля исчезнут, но слова мои нет» (Матфей, 24:35). Мы до сих пор помним то, что он сказал более двух тысяч лет назад. Ясно – значение слов огромно.

В послании апостола Иакова есть дополнительная мудрость о влиянии слов. Отрывок гласит:

Когда мы вкладываем удила в рот коням, чтобы они повиновались нам, мы можем изменить все животное. Или взять корабли в качестве примера. Хотя они такие большие

и движутся сильным ветром, они плывут туда, куда хочет их направить кормчий маленьким штурвалом. Точно так же и язык – небольшая часть тела, но много делает. Подумайте, как большой лес загорается от маленькой искры. Язык также является огнем, миром зла среди частей тела. Он развращает всего человека, предает огню весь ход его жизни, и сам поджигается дьяволом (Иаков 3:3–6).

Вы когда-нибудь поджигали себя искрами вашего языка? И, что более важно, вы когда-нибудь поджигали дух ребенка злобой? Мы все совершали эту дорого обходящуюся нам ошибку. Мы осознавали ее в тот момент, когда слова срывались с губ, но было уже поздно. Даже сто лет усилий не позволили бы нам взять назад ни одного замечания.

В первый год нашего брака Ширли очень разозлилась на меня. Из-за чего? Никто даже не помнит. В минуту разочарования она сказала: «Если это и есть брак, мне такого не надо». Она не имела в виду то, что сказала, и сразу же пожалела об этом. Через час мы помирились и простили друг друга, но слова Ширли невозможно взять обратно. Мы смеялись над этим много лет, и проблемы сегодня не существует. Тем не менее, никто из нас не может стереть сказанное.

Слова запоминаются не только на всю жизнь. Если они не прощены, они существуют и за холодными водами смерти. Мы читаем у Матфея (12:36): «Я говорю вам, что людям придется дать отчет за каждое неосторожно сказанное ими слово в день суда». Слава Богу, тем из нас, у кого есть личная связь с Иисусом Христом, обещано, что наши грехи – и наши суровые слова – уйдут «так далеко, как восток удален от запада» (Псалом 103:12). Однако без этого искупления наши слова будут всегда следовать за нами.

Независимо от намерения, резкие слова жалят, как пчелы-убийцы.

Я не собирался проповедовать, потому что я не священник и не теолог. Но я нахожу огромное вдохновение для всех семейных отношений в великой мудрости Писания. То же самое происходит со словами, которые мы говорим. Для нас, родителей, страшно то, что мы не знаем, когда начинает работать ментальная видеозапись нашего

взаимодействия с детьми и подростками. Реплика, которая кажется нам незначительной, может аукнуться спустя много лет после нашей смерти. И наоборот, теплые и поддерживающие слова, которые мы говорим о наших сыновьях и дочерях, становятся источником радости на протяжении десятилетий. И все это – власть слов.

Нужно помнить еще кое-что. Обстоятельства, которые рождают обидное замечание в адрес ребенка или подростка, не играют никакой роли. Даже если ребенок загоняет вас в угол, расстраивает и доводит вас до бешенства, все же вам придется платить за свою острую реакцию.

Предположим, вы теряете самообладание и кричите: «Я тебя не выношу! Жаль, что ты не чужой ребенок». Или: «Не могу поверить, что ты провалил еще один экзамен. Как мой сын может быть таким глупым?!» Хотя любой нормальный родитель не владеет собой в подобной ситуации, ваш ребенок не изменит свое поведение или отношение к учебе. Он, скорее всего, забудет, чем вызвал ваш взрыв. Но он вспомнит день, когда вы сказали, что он вам не нужен или что он глуп. Это несправедливо по отношению к родителям, но и сама жизнь несправедлива.

Я знаю, что смешиваю чувство вины и замечания. (Ведь мои слова тоже действуют на вас?) Но я не ставлю целью причинить вам боль или заставить вас всегда помнить о непреходящем значении ваших слов для ребенка. Он может простить вас позже за «поджог», но лучше бы вы оставались спокойны. Этому можно научиться благодаря молитве и практике.

Практика также поможет вам понять, что мы говорим обидные вещи обычно тогда, когда сильно злимся или возмущены до предела. Причина этого – сильные биохимические реакции, происходящие в нашем организме. Человеческое тело оснащено автоматической системой защиты «бей или беги», которая настраивает его на определенное действие. Когда мы расстроены или напуганы, адреналин выбрасывается в кровь, вызывая ряд физиологических реакций. В считанные секунды человек переходит из спокойного состояния в состояние «реакции на тревогу». В результате раскрасневшиеся отец и мать кричат то, чего не собирались говорить.

Биохимические изменения не зависят от нашего сознательного выбора. Однако наша реакция на них добровольна и осознанна. Мы

можем научиться отступать даже в момент возбуждения. Мы способны придержать язык и выйти из провоцирующей ситуации. Как вы наверняка слышали, полезно досчитать до десяти (или до пятисот), прежде чем ответить. Крайне важно делать это, когда мы имеем дело с детьми, выводящими нас из себя. Мы можем удержаться от желания вербально или физически наброситься на маленького обидчика и избежать того, о чем непременно пожалеем, когда страсти поостынут.

Что делать, если мы потеряли контроль и сказали то, что глубоко ранило ребенка? Нужно начать лечить рану как можно быстрее. Среди моих друзей много фанатиков гольфа, которые тщетно пытались научить меня своей сумасшедшей игре. Они никогда не сдаются, даже если шансов не осталось. Один из них сказал мне, что я должен немедленно заменить дерн, вырытый моей клюшкой, – чем раньше я верну пучок травы на место, тем быстрее его корни восстановятся. Мой друг говорил о гольфе, а я думал о людях. Если вы обидели кого-то, будь то ребенок, супруг или коллега, нужно перебинтовать рану, пока не началась инфекция. Извинитесь, если уместно. Поговорите об этом. Стремитесь к примирению. Чем дольше «дерн» сохнет на солнце, тем меньше шансов на его восстановление. Разве это не прекрасная мысль? Конечно, апостол Павел нас опередил. Он написал почти две тысячи лет назад: «Солнце да не зайдет во гнев вашем» (Ефессянам 4:26). Это Писание часто применялось к мужьям и женам, но я думаю, что оно справедливо и для детей^[31].

Еще раз: цель отношений с трудным ребенком – формировать его волю, не ранив при этом дух. Часто легче сказать это, чем добиться и того и другого. Возможно, здесь будет полезно поделиться письмом от мамы, которая прошла через трудные испытания со своим сыном Джейком. Описание поведения ребенка и ее реакций иллюстрирует, как нельзя обращаться с трудными мальчиками и девочками. (Примечание: детали этого письма были немного изменены, чтобы сохранить тайну личности автора.)

Дорогой доктор Добсон,

Больше всего на свете мне хочется иметь счастливую семью.

У нас две девочки, трех и пяти лет, и десятилетний мальчик.

Они совсем не дружат между собой. Мальчик и отец также

плохо ладят. Я постоянно кричу на детей и слежу за сыном, чтобы он не бил сестер.

В прошлом году его учительница решила, что ему нужно научиться общаться с одноклассниками. У него возникали проблемы на игровой площадке и стычки в школьном автобусе. Кажется, он не может дойти от автобусной остановки до дома, не ввязавшись в драку или не швырнув в кого-нибудь камнем. Поэтому я обычно забирала его из школы сама.

Он очень способный, но плохо пишет и ненавидит это занятие. Он импульсивен и вспыльчив (мы все сейчас такие). Он высокий и сильный. Наш педиатр говорит, что он «может все». Но Джейк редко занимается чем-нибудь конструктивным. Ему нравится смотреть телевизор, играть в воде и ковыряться в грязи.

Мы очень расстраиваемся из-за его пищевых привычек, но не можем их изменить. Он пьет молоко, ест желе, крекеры и тосты. Раньше он ел много сосисок и болонской колбасы, но теперь очень мало. Он обожает шоколад и жвачку. Рядом с нами живет бабушка, и она старается, чтобы у него не было недостатка в лакомствах. Кроме того, она кормит его детским питанием, и мы тоже не можем ничего поделать.

Учителя Джейка, соседские дети и сестры жалуются, что он ругается и обзывается. Это ужасная ситуация, потому что нам приходится все время думать о нем плохо. Но не проходит и дня, чтобы что-нибудь не перевернулось или не сломалось. Он бьет окна с того момента, как начал ходить. Однажды в июне он рано вернулся из школы и обнаружил, что дом заперт. Тогда он бросил камень в окно своей спальни, разбил его и пролез внутрь. Недавно он испытал стеклорез на зеркале в нашей спальне. Он проводит много времени у бабушки, которая все ему позволяет. Мы чувствуем, что она плохо влияет на него, но ведь и мы делаем то же самое, раз все время расстроены и кричим.

Похоже, у нас безвыходная ситуация. Джейк становится взрослее, сильнее, но не умнее. Что нам делать и куда обращаться?

Муж отказывается брать Джейка куда-либо, пока тот не повзрослеет и «не начнет себя вести как культурный человек».

Он пригрозил отдать его в приют. Я не смогла бы его отправить туда. Ему нужны люди, которые знают, что с ним делать. Пожалуйста, помогите нам, если можете.

Миссис Т.

P.S. Наши дети приемные, а от нашего брака мало что осталось.

Это отчаянная мольба о помощи, и, несомненно, автор письма была откровенна, когда писала: «Больше всего на свете мне хочется иметь счастливую семью». Однако, судя по тону ее письма, маловероятно, что она *когда-либо* осознавала это огромное желание. Стремление к мирному сосуществованию и гармонии, по-видимому, и привело ко многим проблемам с Джейком. Ей не хватило смелости сразиться с ним. Возможно, он страдал СДВГ (синдром дефицита внимания и гиперактивности), который я буду обсуждать в следующей главе. Но давайте рассмотрим две очень серьезные ошибки, которые эта мама совершила по отношению к сыну.

Во-первых, мистер и миссис Ти не смогли сформировать волю Джейка, хотя он и умолял их вмешаться. Очень страшно быть себе хозяином в десять лет и не найти хотя бы одного взрослого человека, достаточно сильного, чтобы уважать его. Иначе зачем Джейку нарушать все правила и нападать на каждый символ власти? Он вел войну с учительницей в школе, но она также была сбита с толку его вызовом. Все, что она могла сделать, – позвонить его испуганной матери и сообщить: «Джейк должен научиться лучше ладить с одноклассниками». (Это было мягко сказано. Уверен, что было гораздо больше неприятных вещей, которые учительница могла бы сказать о поведении Джейка в классе!)

Джейк был задирой в школьном автобусе, он дрался с одноклассниками по дороге домой, разбивал окна и резал зеркала, он сквернословил и мучил своих сестер. Он ел нездоровую пищу, отказывался выполнять школьные задания и принимать на себя любую форму ответственности. Можно ли сомневаться, что Джейк кричал: «Смотрите! Я делаю все не так! Неужели никто не любит меня

настолько, чтобы что-то изменить? Кто-нибудь может мне помочь? Я ненавижу мир и мир ненавидит меня!»

Миссис Ти и ее муж были в полном замешательстве и разочаровании. Она «кричала на детей» и «мешала сыну», когда он плохо себя вел. Никто не знал, что с ним делать. Даже бабушка оказывала на него дурное влияние. Мама злилась, пронзительно кричала и плакала. Как мы увидим в следующей главе, нет более неэффективного подхода к руководству детьми, чем вулканические проявления гнева.

Короче говоря, миссис Ти и ее муж полностью отказались от своей ответственности, обеспечивающей лидерство в семье. Обратите внимание, сколько раз она сказала: «...по сути, мы бессильны что-либо сделать». Эти родители огорчались из-за неправильного питания Джейка, но «не смогли ничего сделать с этим». Бабушка давала Джейку нездоровую пищу и жевательную резинку, но они и с этим не справились. Они не могли запретить ему ругаться, мучить сестер, разбивать окна или бросать камни в своих сверстников. Стоит спросить: «Почему?» Почему семейным судном так трудно управлять? Почему оно, в конечном счете, разбилось в щепки о камни? Проблема в том, что у судна и экипажа не было капитана! Они бесцельно дрейфовали без лидера – человека, принимающего решения, который мог бы вести их к безопасной воде.

Семья Ти не просто не смогла сформировать безудержную волю Джейка – каждым конфликтом они еще больше мучили его раненый дух. Они не только кричали и заламывали руки в отчаянии, но и унижали его чувство собственной ценности и достоинства. Разве не слышно, как его злобный отец кричит: «Почему бы тебе не повзрослеть и не вести себя как культурный человек? Вот что я тебе скажу: я не хочу иметь с тобой дела, мальчик! Я больше никуда не возьму тебя с собой и никому не скажу, что ты мой сын! На самом деле я не уверен, долго ли ты еще им останешься! Если будешь продолжать себя вести как бандит, мы вышвырнем тебя из семьи – отправим в приют. Посмотрим, как тебе это понравится!»

С каждым обвинением самооценка Джейка падала еще ниже. Но разве эти нападки делали его мягче и стоворчивее? Конечно нет! Он становился еще более жестоким и уверенным в своей никчемности. Да, дух Джейка был раздавлен, но его воля бушевала с ураганной

мощью. К сожалению, он сменил ненависть к себе на ненависть к сверстникам и семье.

Если бы обстоятельства позволили (другими словами, если бы я был женат на другой женщине), я бы с удовольствием пригласил Джейка к себе домой на какое-то время. Не думаю, что его уже слишком поздно спасать, и я взялся бы за эту задачу. Как бы я подошел к этому дерзкому мальчику? Как только он распаковал бы свой чемодан, я бы сказал ему: «Джейк, теперь, когда ты с нами, хочу поговорить с тобой о некоторых вещах. Во-первых, ты скоро узнаешь, как сильно тебя любят в этом доме. Я рад, что ты здесь, и надеюсь, что это будут самые счастливые дни в твоей жизни. Ты должен знать: мне безразличны твои чувства, проблемы и интересы. Мы пригласили тебя сюда, потому что хотели этого, и ты получишь такую же любовь и уважение, как наши родные дети. Если ты хочешь что-то сказать, можешь сделать это прямо сейчас. Я не разозлюсь и не заставлю тебя пожалеть о сказанном. Никогда ни я, ни моя жена не обидим тебя намеренно и не причиним тебе зла. Ты скоро поймешь, что слышишь сейчас не пустые обещания. Люди поступают так, когда любят друг друга, а мы уже тебя любим.

Но, Джейк, ты должен понять еще кое-что. В этом доме существуют определенные правила поведения, и тебе придется соблюдать их, как и другим детям. Я запишу их для тебя к завтрашнему утру. На тебя будет возложена ответственность, которую тебе придется нести вместе с домашними обязанностями. Каждый вечер основное внимание будет уделяться школьным занятиям. И еще, Джейк, пойми: самое важное для меня как твоего опекуна – видеть, что твое поведение не вредит ни тебе, ни окружающим. Тебе может понадобится неделя или две, чтобы привыкнуть к новым условиям, но у тебя получится, и я буду рядом, чтобы видеть, что ты делаешь. Если ты откажешься подчиняться правилам, я сразу же накажу тебя. Собственно, я буду всегда у тебя за спиной, пока ты не уяснишь, что бесполезно бороться с системой. У меня много способов заставить тебя чувствовать себя несчастным, и я готов прибегнуть к ним при необходимости. Это поможет тебе отказаться от пагубного поведения, которое наблюдалось за тобой последние годы. Но даже когда мне придется тебя наказывать, знай, я все равно буду любить тебя так же сильно, как сейчас. Ничто не изменит моей любви».

Нет более неэффективного подхода к руководству детьми, чем вулканические проявления гнева.

Я бы отреагировал решительно с первого же раза, когда Джейк осмелился бы нарушить мои четко сформулированные указания. Не было бы ни криков, ни уничижительных обвинений, но он быстро узнал бы, что я сдержал обещание. На следующее утро мы бы рационально обсудили проблему и заверили его в том, что продолжаем его любить. А потом начали бы все сначала.

Даже самые непослушные дети обычно позитивно реагируют на сочетание любви и последовательной дисциплины! Этот рецепт подойдет и для вашего дома. Я настоятельно рекомендую вам попробовать.

Вопросы и ответы

В: Мы с мужем в разводе, поэтому все вопросы дисциплины мне приходится решать одной. Как это влияет на ваши рекомендации?

О: Никак. Принципы дисциплины остаются неизменными, независимо от состава семьи. Одному родителю сложнее реализовать методы воспитания, так как у него или у нее нет дополнительной поддержки, когда дети становятся неуправляемыми. Одиноким матери и отцы должны играть обе роли, а это не так легко. Тем не менее, дети не дают нам поблажек в сложных условиях. Как и в любой семье, одинокие родители должны заслужить их уважение.

В: Что вы думаете о выражении: «Детей должно быть видно, но не слышно»?

О: Это заявление свидетельствует о полном непонимании детей и их потребностей. Я не представляю себе, как любящий взрослый может воспитывать беззащитного маленького ребенка по этой философии.

В: Вы могли бы извиниться перед ребенком, если бы поняли, что были не правы?

О: Конечно. И извиняюсь. Несколько лет назад на меня возложили срочные обязанности, которые сильно утомили меня и сделали

раздражительным. Однажды вечером я был особенно ворчлив и резок с моей десятилетней дочерью. Я понимал, что поступаю несправедливо, но слишком устал, чтобы реагировать по-другому. Вечером я обвинил Даная в том, чего она не делала, и напрасно обидел ее несколько раз.

Ложась спать, я почувствовал себя плохо из-за своего поведения и решил извиниться на следующее утро. Хорошо выспавшись и вкусно позавтракав, я смотрел на жизнь более оптимистично. Я подошел к дочери, пока она не ушла в школу, и сказал: «Даная, уверен, ты знаешь, что папы – не идеальные люди. Мы устаем и раздражаемся так же, как и все, и бывают времена, когда нам стыдно за свое поведение. Я знаю, что был несправедлив с тобой вчера вечером. Я ворчал без причины и хочу, чтобы ты простила меня».

Даная обняла меня и сказала шокирующую вещь: «Я знала, что ты собираешься извиниться, папа. Все хорошо, я прощаю тебя».

Можно ли сомневаться, что дети больше знают о борьбе поколений, чем их занятые, издерганные родители?

Глава 6

Самая типичная ошибка

Говоря о Джейке и его семье, я упомянул, что попытка контролировать детей с помощью гнева и словесных нападок оказывается самым неэффективным подходом. На самом деле это не только не работает, но и усугубляет ситуацию. Исследователи из Вашингтонского университета, доктор Сьюзан Шпикер и ее коллеги, обнаружили, что родители, которые пытаются контролировать детей криком и оскорблениями, скорее всего, спровоцируют еще более разрушительное и вызывающее поведение^[32]. Разве это не серьезно? Если вы кричите на своих детей, они будут кричать на вас в ответ, и не только! Здесь проявляется интерактивный эффект. Чем более неуправляемо поведение ребенка, тем злобнее становится родитель.

К сожалению, большинство растерянных взрослых используют именно эту модель воспитания. Педагоги часто совершают одну и ту же ошибку. Я однажды слушал по национальному радио выступление учителя, и вот что он сказал: «Мне нравится быть профессиональным педагогом, но я ненавижу ежедневные проблемы воспитания. Мои дети такие непослушные, что я должен постоянно ругать их, чтобы контролировать класс». Как же жестокость и вспыльчивость, которые используются для контроля над детьми изо дня в день, деморализуют педагога! Сколько учителей (и родителей) не знают другого способа заставить детей повиноваться!.. Поверьте мне, это только изматывает силы и не приносит положительных результатов.

Давайте посмотрим, почему гнев не работает.

Разберем вашу собственную мотивационную систему. Предположим, вы возвращаетесь на машине домой после работы и превышаете скорость на 65 км в час. Полицейский стоит на углу, но он мало что может сделать, чтобы урезонить вас. У него нет ни машины, ни мотоцикла, ни значка, ни пистолета и никаких полномочий выписать вам штраф. Все, что он может, – это выкрикивать оскорбления и трясти кулаком вам в след. Вы притормозите? Естественно, нет! Возможно, вы улыбнетесь

и помашете рукой, проезжая мимо. Гнев офицера только подчеркивает его бессилие.

А теперь представьте, что однажды утром по дороге в офис вы на скорости проезжаете мимо школы. Вдруг в зеркале заднего вида вы замечаете патрульный полицейский автомобиль, догоняющий вас. Мигают восемь красных огней, визжит сирена. По громкоговорителю офицер приказывает вам остановиться на обочине. Когда вы останавливаетесь, он выходит из машины и подходит к вам. Его рост более двух метров, голос как у Одинокого Рейнджера, а на бедре висит большой пистолет. Его значок блестит на солнце. В руках у него кожаная папка с повестками в суд, такую вы уже видели раньше – в прошлом месяце. Офицер разговаривает с вами вежливо, но голос у него тверд. «Сэр, радар показывает, что вы проехали со скоростью 95 километров в час там, где разрешено только 30. Могу я увидеть ваши права?» Офицер не кричит, не плачет и не критикует вас. Это не входит в его обязанности. Вы нервно шарите в бумажнике в поисках пластиковой карточки (с ненавистной вам фотографией). Руки у вас стали липкими от пота, а во рту пересохло. Сердце бешено колотится и готово выскочить из груди. Почему у вас перехватило дыхание? Потому что вам известно, что дальнейшие действия полицейского будут крайне неприятны. Либо они кардинально изменят ваши водительские привычки, либо в ближайшее время вам придется много ходить пешком.

Шесть недель спустя вы предстаёте перед судьей, чтобы узнать свою судьбу. Он одет в черную мантию и возвышается над залом заседаний. Вы опять нервничаете – и не потому, что судья кричит на вас или обзывается. Просто в его власти испортить ваш день.

Ни полицейскому, ни судье не нужно прибегать к гневу. У них есть гораздо более эффективные методы привлечь ваше внимание. Их спокойствие и уверенность – часть ауры власти, которая вызывает уважение. Но что, если они вместо этого начнут плакать и жаловаться? Что, если один из них скажет: «Я не знаю, почему вы так ездите. Мы сто раз говорили вам, что нельзя нарушать закон. Но вы, несмотря ни на что, продолжаете не слушаться». Потом, покрасневшись, он добавляет: «Вот что я вам скажу, молодой человек. Мы больше не потерпим этого. Вы слышите? Поверьте мне, или пожалеете...».

Я уверен, вы поняли суть. Гнев ни на что не влияет, если не показывает, что скоро произойдет что-то крайне неприятное. И наоборот, *дисциплинарные меры* приводят к изменению поведения. Мало того, гнев не только не работает, но и разрушает уважение детей к нам. Они понимают, что наши срывы вызваны неспособностью контролировать ситуацию. Мы воплощаем в их глазах справедливость, а сами едва сдерживаем слезы, машем руками и выкрикиваем пустые угрозы.

Нет, я не предлагаю родителям и учителям скрывать свои эмоции от детей. Мы не должны быть вежливыми и безответными роботами и держать все внутри. Когда мальчики и девочки оскорбляют и не слушаются нас, проявление недовольства вполне уместно. Но эмоции не могут служить инструментом, который заставит детей вести себя правильно, если у нас закончились другие способы и идеи. Это неэффективно и вредит отношениям между поколениями.

Если вы кричите на своих детей, они будут кричать на вас в ответ.

Вот еще одна картинка, которая может оказаться полезной. Типичный вечер в типичной семье. Второклассник Генри – вихрь безудержной активности. С самого утра он носится по дому и хохочет. Трудно поверить, но у него до сих пор избыток энергии, которую необходимо сжечь. Его мама совсем в другом состоянии. Она с трудом поднялась с кровати в полшестого утра, приготовила завтрак для семьи, навела порядок, проводила папу на работу, а Генри в школу. Если она работает, то завезла младших детей в детский сад и помчалась на службу. Если же она домохозяйка, то впереди у нее длинный день, в течение которого ей нужно не дать дошкольникам поубивать друг друга. К вечеру она уже девять часов на ногах без перерыва. (Малыши не отдыхают, если они не спят днем, так зачем же отдыхать мамам?)

Папа приходит домой с работы и старается помочь, но он тоже устал. У мамы впереди дел еще по крайней мере на шесть часов – покупка продуктов, приготовление ужина, купание самых маленьких, смена подгузников, укладывание малышек спать и помощь Генри

с уроками. Я впадаю в депрессию от одной мысли о таких уставших мамах, продолжающих трудиться, когда день подходит к концу.

Но Генри не особенно сочувствует ей. Он возвращается из школы в явно озорном настроении. Не зная, чем бы заняться, он начинает раздражать разгневанную мать. Он доводит сестренку до слез, дергает кота за хвост и разливает собачью миску с водой. Мама ворчит, но Генри как будто не замечает этого. Он вытаскивает из шкафа игры, коробки с игрушками и строительные блоки, которых хватило бы для постройки небольшого города. Мама понимает, что кому-то придется убирать весь этот беспорядок, но не представляет, кому поручить это задание. Тон ее голоса снова повышается. Она приказывает Генри идти в ванную и помыть руки перед обедом. Он уходит, застревает там на пятнадцать минут и возвращается с грязными руками. К этому времени мамин пульс учащается и левый глаз начинает привычно дергаться. Выглядит знакомо, правда?

Наконец, приходит время сна. Но Генри не хочет ложиться, зная, что его издерганная мать потратит по крайней мере тридцать минут, чтобы загнать его в постель. Он сидит на полу и играет, пока мама не начинает его ругать: «Генри, уже почти восемь часов [тридцатиминутное преувеличение], так что убирай игрушки и иди в ванную». Но и Генри, и мама знают: она вовсе не ждет, что он тут же отправится в ванную. Она просто хочет заставить его подумать об этом. Она бы упала в обморок, если бы сын послушался ее голословной команды.

Где-то через десять минут мама снова говорит: «Генри, уже поздно, а у тебя завтра школа; я хочу, чтобы ты собрал игрушки и шел в ванную!» Она все еще не ждет, что Генри послушается, и он это знает. Он кладет на место пару коробок, чтобы продемонстрировать, что слышит ее, и снова погружается в игру. Проходит еще шесть минут, и мама выдает новую команду. На этот раз в ее голосе еще больше страсти и угроз: «Послушайте, молодой человек, я велела вам пошевеливаться, и я не шучу!» Для Генри это означает, что он должен собрать игрушки и н-а-п-р-а-в-и-т-ь-с-я к ванной. Если мать последует за ним, он выполнит приказ как можно скорее. Однако если мама отвлечется или зазвонит телефон, Генри получит несколько минут отсрочки.

Как видите, Генри и его мать вовлечены в привычный одноактный спектакль. Они оба знают правила и роль, которую играет партнер. Вся сцена запрограммирована, прописана и компьютеризирована. Воспроизведение этого виртуального сценария происходит день за днем. Когда мама хочет, чтобы Генри сделал то, что ему не нравится, она постепенно проходит через этапы фальшивого гнева, начиная спокойно и заканчивая криками, уже разозленная до предела. Генри не нужно реагировать, пока она не достигнет точки кипения, сигнализирующей о готовности что-то предпринять. Какая глупая игра! Так как мама воздействует на Генри пустыми угрозами, она все время в раздраженном состоянии. Ее отношения с детьми обречены, и каждый ее день заканчивается головной болью. Она не может рассчитывать на мгновенное послушание, потому что ей требуется не менее двадцати-тридцати минут, чтобы достичь убедительной степени гнева.

Насколько лучше использовать действие, позволяющее добиться желаемого поведения без эмоционального взрыва. Сотни подходов могут дать нужный результат с минимальными потерями или вознаграждением для послушного ребенка.

Когда спокойная просьба родителей о послушании игнорируется, мама или папа должны иметь под рукой определенные средства, чтобы заставить свою малолетку подчиниться. Для тех, кто не может ничего придумать сам, я предлагаю следующее. Есть мышца, которая плотно прилегает к основанию шеи. Книжки по анатомии называют ее трапецевидной мышцей. Когда ее крепко сжимают, в мозг поступает сигнал: «Это больно: избегайте повторения любой ценой». Боль лишь временная, и она не приносит вреда, но это удивительно эффективный практический ресурс для родителей, когда их чадо не реагирует на прямую команду.

Лучше использовать действие, позволяющее добиться желаемого поведения без эмоционального взрыва. Сотни подходов могут дать нужный результат с минимальными потерями или вознаграждением для послушного ребенка.

Давайте вернемся к сцене с Генри перед сном и покажем, как действовать более эффективно. Для начала мать должна предупредить

его, что у него есть еще пятнадцать минут на игру. Ни ребенку, ни взрослому не нравится, когда внезапно прерывают его занятия. После этого разумно было бы установить будильник или зуммер. Когда пятнадцать минут спустя прозвучит сигнал, мама должна спокойно сказать Генри, чтобы он пошел и принял ванну. Если он не двигается с места, она может обхватить его лицо ладонями, посмотреть ему прямо в глаза и сказать твердо, но без раздражения: «Сделай это СЕЙЧАС. Ты понял?» Если мальчик поверит, что она готова наказать его за задержку, ничего больше не потребуется. Генри будет знать, что эта мера или какая-то другая неприятность неизменно настигнут его, и послушается раньше, чем придет наказание. Власть – тонкая штука. Она работает, в основном, за счет уверенности и решительности, а иногда – с помощью небольшой угрозы.

Что касается применения наказания, то я знаю: многие читатели считают, что преднамеренное причинение маленькому ребенку даже незначительной боли недопустимо. Другим это и вовсе покажется чистым варварством. Я категорически не согласен. Выбирая между криками и угрозами матери, которая взрывается несколько раз на дню, и разумным, контролируемым ответом на непослушание, я бы, конечно, рекомендовал последнее. В долгосрочной перспективе более спокойная атмосфера в доме так же полезна для Генри, как и отсутствие раздоров между поколениями.

С другой стороны, когда ребенок узнает, что за миллионами слов, которые он слышит, нет реальной угрозы, он перестает их слушать. Единственный посыл, на который он реагирует, – это пик эмоций, сопровождающийся морем криков и воплей. В итоге все равно дело обычно кончается наказанием, но его последствия, скорее всего, будут тяжелее, потому что к этому времени взрослый раздражен и потерял над собой контроль.

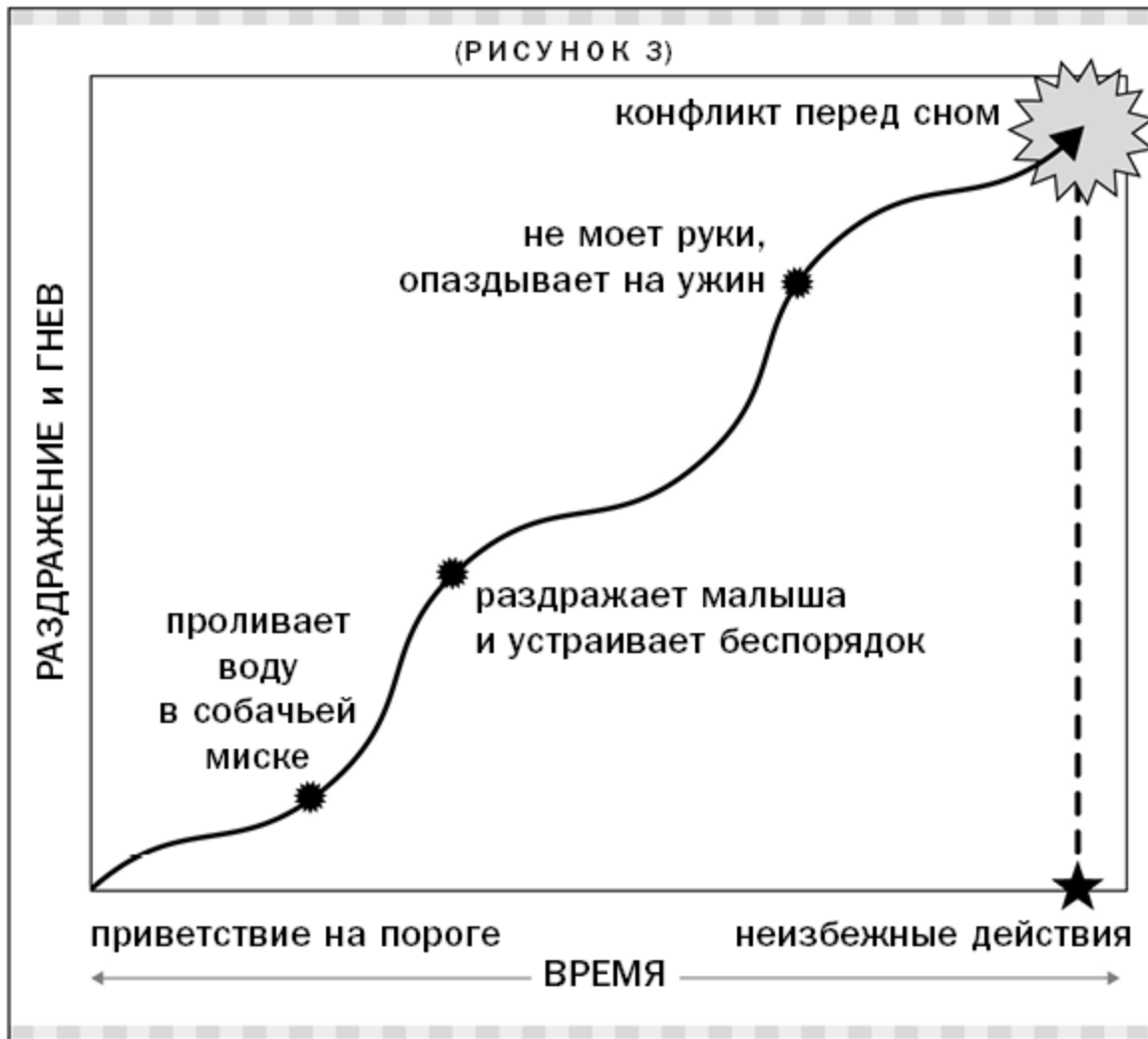
Давайте вернемся к Генри и его матери. Мягко, почти дружелюбно мама говорит: «Ты знаешь, что происходит, когда ты мне противоречишь. Не вижу причин, почему я должна портить тебе жизнь сегодня, чтобы ты меня послушался. Но если ты настаиваешь, я сыграю с тобой в эту игру. Когда прозвучит сигнал, дай мне знать, что ты решил».

Теперь у ребенка есть выбор, и преимущества подчинения предельно ясны. Матери не нужно кричать и расстраиваться. Она

владеет ситуацией. Конечно, ей придется пару раз доказать, что она готова причинить сыну боль или прибегнуть к другому наказанию, если необходимо. Иногда в течение ближайших месяцев Генри будет проверять ее. Но на это легко ответить.

Понимание взаимодействия между Генри и его матерью очень полезно для родителей, которые непонятно зачем превратились в крикунов. Давайте посмотрим на их отношения в тот сложный вечер, как показано на диаграмме рисунка 3. Обратите внимание, что мать Генри встречает его после школы. Это момент самой нижней точки раздражения. После этого ее эмоции накапливаются и усиливаются, пока не дойдут до взрыва в конце дня.

Финальное проявление гнева дает Генри понять, что предупреждения закончились и теперь мать готова перейти к действиям. У большинства родителей (даже очень снисходительных) на шкале терпения есть точки, за которые лучше не выходить: дальше неизбежно последует наказание. Удивительная вещь: дети точно знают, когда родители перешли эту грань. Мы, взрослые, раскрываемся перед ними самыми разными способами. Например, только в эти моменты мы используем их полные имена («Джессика Эмили Смит, отправляйся в ванную!»). Наша речь становится более отрывистой и резкой (Молодая! Леди! Я! Сказала! Тебе!..»). Наши лица краснеют (серьезный сигнал), мы вскакиваем со стула, и ребенок понимает, что пришло время слушаться. Это все просто игра.



Другой интересный момент заключается в том, что дети, умея определять состояние родителей, предшествующее дисциплинарному взысканию, постоянно доводят их до этого состояния, но редко преступают черту сознательно. Раз или два Генри проигнорирует эмоциональный фейерверк матери, просто чтобы увидеть, хватит ли у нее смелости сдержать обещание. Получив ответ на свой вопрос, он сделает то, что она требует, как раз вовремя, чтобы избежать наказания.

Это кульминационный момент нашей дискуссии. То, что я сейчас скажу, трудно сформулировать и может быть не до конца понятно. Однако это очень важно для родителей, которые хотят прекратить войну со своими детьми.

Я уже говорил, что родительский гнев часто сигнализирует ребенку: родители достигли черты, за которой начинаются действия. Поэтому дети слушаются, хотя и неохотно, только когда мама или папа злятся. Родители, со своей стороны, замечают эту закономерность и делают неправильный вывод, что именно их эмоциональный взрыв заставляет ребенка уступить. Им кажется, что гнев необходим для контроля. Они абсолютно неверно понимают ситуацию.

Вернемся снова к истории с Генри. Вы помните, что его мать неоднократно приказывала ему отправляться в ванную. Только когда она взрывается, он идет туда, заставляя мать поверить, что ее гнев стал причиной послушания. Она ошибается! Это был не гнев, а действие, которое он считал неизбежным. Крик был просто намеком: мама достаточно расстроена, чтобы надавать ему по попе. А этого он *не допустит!*

Я написал эту главу, чтобы донести до вас следующее. Вам не нужен гнев, чтобы контролировать детей. Вам нужна стратегия действий. Вы можете применить ее в любое удобное время, и детям будет комфортно в этих границах. На самом деле, чем ближе действие к началу конфликта, тем менее серьезное наказание требуется и тем чаще в нем отпадает необходимость. Сжатие трапециевидной мышцы не станет достаточно устрашающим фактором в конце двухчасовой борьбы, но оно более чем адекватно, когда конфликт только зарождается. (Кстати, не рекомендую матерям весом меньше пятидесяти пяти килограммов наказывать таким образом своих огромных подростков. Эта процедура сопряжена с определенным риском. Общее правило таково: не делайте этого, если вы не дотягиваетесь до шеи ребенка.)

Покойный доктор Бенджамин Спок, автор многолетнего бестселлера «Ребенок и уход за ним», подвергался серьезной критике за свой отстраненный подход к воспитанию^[33]. Его обвиняли в ослаблении родительского авторитета и порождении целого поколения дерзких и неуправляемых детей. Для простых людей доктор Спок стал символом вседозволенности и избалованности в отношениях родитель – ребенок. Это было время рэп-бума. Однажды я обедал с ним, после того как мы были гостями на национальном телевизионном шоу, и мы поняли, что наши взгляды на большинство вещей удивительно схожи.

Возможно, в ответ на критику в свой адрес доктор Спок опубликовал уточняющую статью под названием «Как не воспитать своевольного ребенка» / How Not to Bring Up a Bratty Child.

В ней он писал: «Родительское смирение не устраняет неприятностей; оно делает их неизбежными». Дерзость ребенка, по его словам, «...делает родителей все более обиженными, пока, наконец, не происходит взрыв гнева»^[34]. Доктор продолжает: «Как заставить ребенка делать то, что нужно, или прекратить делать то, чего нельзя, — это должно проясняться и определяться в каждом случае отдельно... Родительская твердость способствует счастью ребенка»^[35]. Перед своей смертью в девяносто три года старый педиатр сказал: «Прекрасно, когда родители уважают своих детей, но они часто забывают требовать уважения в ответ»^[36].

Доктор Спок был абсолютно прав. Если вы не заняли твердую позицию, пока ребенок еще мал, то, следуя своей природе, он отодвинет вас еще дальше от нее. Тяжелые сражения неизбежны, особенно в подростковом возрасте. Неуверенный в себе родитель, который больше всего стремится избежать конфронтации, часто кричит и угрожает с утра до вечера и в конце концов избивает ребенка. Однако, если мама и папа обладают мужеством и уверенностью, обеспечивающими ребенку твердое руководство с самых ранних дней, и руководят им с подлинной любовью, то оба поколения будут наслаждаться атмосферой гармонии и уважения. Это именно то, чему я пытаюсь учить более тридцати лет!

В этом простом объяснении содержится понимание детей, которого некоторые взрослые достигают интуитивно, а кому-то оно просто никогда не дается. Тонкий баланс между любовью и контролем, осуществление разумной и последовательной линии действий не нарушают самооценку ребенка; вместо этого они создают источник безопасности для его незрелой личности.

За эти годы многие матери говорили мне: «Я не понимаю своих детей. Они выполняют все, что требует отец, а на меня не обращают внимания». Причин здесь может быть несколько.

Во-первых, отцы сами по себе выглядят более «устрашающими». Они часто крупнее физически, у них низкий голос, способный заставить ребенка быстрее реагировать на угрозу наказания. Во-вторых, дети часто ищут одобрения у отца, и если он ими разочарован,

они принимают это близко к сердцу. Наконец – и это самое уместное объяснение, – матери обычно проводят больше времени с детьми, часто устают и перестают следить за дисциплиной. Дети достаточно умны, чтобы заметить, что папа придерживается линии поведения строже, чем мама, и ведут себя соответственно.

Есть еще один фактор: дети лучше понимают эти тонкости, чем их родители, погруженные в свои взрослые дела и переживания. Вот почему они так часто побеждают в борьбе между своей волей и волей родителя. Дети используют в этой игре свои *главные* силы, а взрослые играют только по необходимости. Один отец подслушал, как его пятилетняя дочь Лора выговаривала младшей сестре, сделавшей что-то не так: «Я все расскажу про тебя маме. Нет! Я расскажу папе. Он хуже!» Лора оценила дисциплинарные меры своих родителей и пришла к выводу, что один из них действует эффективнее, чем другой.

Тот же отец начал замечать, что его дочь стала особенно непослушной и дерзкой. Отец решил не говорить с ней об этих переменах в поведении, а последовательно наказывать девочку за каждый проступок, пока она не успокоится. Три-четыре дня он не давал ей возможности избежать наказания. Ее шлепали, оставляли в спальне, она стояла в углу. В конце четвертого дня отец с двумя девочками сидел на диване. Неожиданно Лора дернула младшую сестру за волосы. Отец сразу же наказал нарушительницу покоя. Лора не стала плакать. Помолчав пару минут, она сказала: «Хм, все мои уловки не работают!»

Если вы оглянетесь на свои детские годы, вы, возможно, вспомните похожие события, когда дисциплинарные методы родителей осознанно анализировались и проверялись на предмет слабых мест. Однажды, будучи ребенком, я ночевал у своего крайне непослушного друга, который, казалось, знал наперед каждый шаг своих родителей. Эрл, как боевой генерал, расшифровывал вражеский код, что позволяло ему все время переигрывать соперников. Когда нас уложили спать, он дал мне поразительное описание характера своего отца.

Эрл сказал: «Когда мой отец злится, он говорит жуткие слова, которые ужаснут тебя». (Он привел три или четыре примера.) Я ответил: «Не могу в это поверить!» Мистер Уокер был высоким спокойным человеком, верующим христианином. Казалось, он сочетал

в себе все мыслимые достоинства. Я просто не мог себе представить, как он сыплет словами, процитированными Эрлом.

Вам не нужен гнев, чтобы контролировать детей. Вам нужна стратегия действий.

«Хочешь, чтобы я тебе это доказал? – сказал Эрл озорно. – Нам нужно просто смеяться и болтать в кровати. Папа будет приходить и говорить, чтобы мы успокоились. С каждым разом он будет злиться больше и больше, а потом начнется... Вот подожди, и услышишь».

Я немного сомневался, но мне очень хотелось увидеть достойного мистера Уокера в его самом нечестивом воплощении. Мы с Эрлом заставили бедного отца скакать туда-сюда больше часа. Как Эрл и предсказывал, с каждым разом он все больше и больше раздражался. Я начал нервничать и хотел прекратить, но Эрл сталкивался с подобным и раньше. Он все время говорил мне: «Теперь недолго осталось».

Наконец, около полуночи, это свершилось. Терпение мистера Уокера лопнуло. Он шел, грохоча по коридору, к нашей комнате, и от его шагов дом содрогался. Он ворвался в спальню и вскочил на кровать сына. Он колотил Эрла, спрятавшегося под несколькими слоями одеял. И тут из его уст полился поток таких слов, какие редко доходили до моих нежных ушей. Я был в шоке, а Эрл – в восторге.

Отец еще бил по одеялу рукой и выкрикивал бранные слова, когда Эрл приподнялся и крикнул мне: «Ты слышал? Да? Я же тебе говорил! Я же говорил, что он это скажет!» Удивительно, как мистер Уокер не убил своего сына в тот момент!

Я не спал всю ночь, думая о случившемся, и решил никогда не позволять своему ребенку манипулировать мной, когда я вырасту. Теперь вы видите, как важны дисциплинарные методы, чтобы ребенок уважал своих родителей? Если сгусток неприятностей весом в двадцать с половиной килограмм может намеренно довести сильных мать и отца до состояния дрожащей и рычащей массы отчаяния, то что-то меняется в отношениях. Теряется нечто ценное. У ребенка формируется презрение, которое обязательно вырвется наружу в бурные подростковые годы. Искренне желаю каждому взрослому понимать эту простую характеристику человеческой природы.

Я знаю нескольких хитрых взрослых, которые умеют отлично справляться с детьми. Один из них жил рядом с нами в Аркадии, штат Калифорния. У него была собственная школа плавания «Бад Линдон», и он прекрасно разбирался в вопросах дисциплины. Мне нравилось сидеть у бассейна и просто наблюдать, как этот мужчина работает, хотя немногие специалисты могли бы объяснить, почему он так успешно обучает маленьких пловцов. По своей манере он не был мягким и деликатным; скорее, бывал немного грубоват. Когда дети нарушали строй, он плескал им водой в лицо и строго говорил: «Кто разрешал тебе двигаться? Оставайся там, где я тебя поставил, пока я не попрошу тебя плыть!» Он называл мальчиков «завтрашними мужчинами» и другими ласковыми именами. Его урок был упорядочен, и каждая минута использовалась целенаправленно. Вы не поверите, но дети любили Бада Линдона. Причина? Они знали, что он их любит. В его грубой манере было послание любви, которое могло бы остаться незамеченным для взрослого наблюдателя. Мистер Линдон никогда не смущал ребенка намеренно и заботливо опекал начинающих. Он осторожно сочетал власть с привязанностью, которая манила детей, как волшебная дудочка. Мистер Бад Линдон понимал, что означает дисциплина с любовью.

Если сгусток неприятностей весом в двадцать с половиной килограмм может намеренно довести сильных мать и отца до состояния дрожащей и рычащей массы отчаяния, то что-то меняется в отношениях. Теряется нечто ценное.

Когда я учился в девятом классе, у меня был спортивный тренер, который повлиял на меня таким же образом. Он был хозяином положения, и никто не осмеливался бросить вызов его авторитету. Я бы скорее сразился с дикими львами, чем с мистером Айерсом. Да, я его боялся. Мы все его боялись. Но он никогда не злоупотреблял своей властью. Он всегда относился ко мне вежливо и уважительно, когда я нуждался в этом. Он признавал право каждого на индивидуальность, был твердо уверен в себе и мог повести за собой стаю волков-подростков, которые пожирали менее способных учителей. Поэтому, когда мне шел пятнадцатый год, мой тренер оказал на меня более

серьезное влияние, чем любой другой человек. Он тоже знал, как соединять дисциплину и любовь.

Не все родители могут быть такими, как мистер Линдон или мистер Айерс, и я бы не советовал им даже пытаться. Неразумно проявлять дома грубость, уместную на спортивной площадке или у бассейна. Родители должны приводить свои дисциплинарные подходы в соответствие с личностными моделями. Однако главенствующий принцип остается неизменным для мужчин и женщин, матерей и отцов, тренеров и преподавателей, педиатров и психологов. Он включает в себя дисциплину с любовью, разумное возложение ответственности и самоконтроль, родительское лидерство с минимумом гнева, уважением достоинства и ценности ребенка, реалистичные границы, которые устанавливаются с уверенной твердостью, разумное использование поощрений и наказаний с теми, кто бросает вызов и сопротивляется. Это система, которая несет одобрение самого Творца.

Вопросы и ответы

В: Вам легко говорить, чтобы я не злилась на детей. Но порой они доводят меня до бешенства – например, когда я собираю десятилетнюю дочь в школу. Она встает по моему требованию, но стоит мне уйти из комнаты, она тут же отвлекается и начинает играть. Мне приходится подгонять и предупреждать ее каждые несколько минут, иначе она опоздает в школу. Поэтому я злюсь все больше и больше и, в конечном итоге, перехожу на визг и оскорбления. Я знаю, что это не лучший способ руководить ею, но она меня так бесит! Скажите, как я могу заставить ее слушаться без лишних эмоций каждый день?

О: Вы играете на руку вашей дочери, взяв на себя ответственность сборов в школу по утрам. Десятилетний ребенок должен уметь справляться с этой задачей самостоятельно. Ваш гнев, скорее всего, не прибавит ей независимости. Позвольте мне предложить возможное решение, которое оказалось полезным для других. Мы рассмотрим его на примере девочки по имени Дебби.

Утренняя проблема Дебби связана в первую очередь с компульсивным поведением из-за ее комнаты. Она не уйдет в школу, пока не приведет кровать в идеальный порядок и не положит каждую безделушку на место. Мать не учила ее этому; Дебби всегда была такой дотошной. (Нужно добавить, что ее брат никогда не страдал подобным.) Дебби легко бы все успевала, если бы хотела, но она никогда не торопилась. Поэтому мама стала впадать в описанную вами зависимость: предупреждения, угрозы, подталкивания и, наконец, злобный взрыв, когда стрелки часов приближались к крайнему сроку.

Мы с мамой Дебби обсудили проблему и сошлись на том, что, как нам показалось, лучше всего подходит для решения утренних проблем. Впоследствии я создал систему, которую мы называли «контрольные точки». Это работало так. Дебби было поручено вставать до 6:30 каждое утро, самостоятельно поставив будильник. Поднявшись, она сразу же шла на кухню, где к дверце холодильника была приклеена схема. Там она обводила «да» или «нет» для первого контрольного пункта (подъем к 6:30) на этот день. Всего одна минута опоздания, и задача считалась невыполненной. Что может быть проще? Она либо вставала к 6:30, либо нет.

Второй блокпост приходился на 7:10. К этому времени от Дебби требовалось убраться в комнате по собственному усмотрению, одеться, почистить зубы, причесаться и так далее – и быть готовой к занятиям на фортепьяно. На все это отводилось сорок минут, хотя, если бы она захотела поторопиться, то успела бы все за десять-пятнадцать минут. Таким образом, она могла не выполнить второй пункт расписания, только намеренно проигнорировав его.

Какое значение имели контрольно-пропускные пункты? Разве невыполнение условия вызывало чью-то злость, гнев и скрежет зубов? Конечно нет. Последствия были простыми и справедливыми. Если Дебби пропускала одну контрольную точку, она должна была лечь спать на тридцать минут раньше обычного. Если пропускала два пункта – встречалась с подушкой за час до положенного срока. Ей разрешалось читать в постели, но она не могла смотреть телевизор или говорить по телефону. Эта процедура сняла утреннее напряжение с матери и перенесла его на плечи Дебби, как и должно быть. Случалось, что мама вставала приготовить завтрак и обнаруживала Дебби за пианино, одетой и готовой к новому дню.

Такая система может служить моделью для родителей, чьи дети сталкиваются с похожими поведенческими проблемами. Она не угнетала; наоборот, Дебби понравилось, что у нее есть постоянная цель. Рамки приемлемого выполнения задания были определены заранее, ответственность четко возложена на ребенка, а последствия несоблюдения правил справедливы и легко достижимы. И эта система не требовала гнева и топанья ногами со стороны взрослых.

Вы можете адаптировать эту концепцию, чтобы разрешить острые конфликты и в *вашем* доме. Ее применение ограничено лишь творческими возможностями и воображением родителя.

В: Иногда мы с мужем расходимся в мнениях о наказании и спорим в присутствии детей о том, что лучше. Как вы думаете, это вредно?

О: Да. Вы и ваш муж должны выступать единым фронтом, особенно в присутствии детей. Разногласия по какому-то вопросу можно потом обсудить наедине. Когда вы спорите, ваши дети приходят к выводу, что стандарты правильного и неправильного произвольны. Они учатся обходить более требовательного родителя, чтобы получить ответ, который они хотят. Существуют еще более серьезные последствия для мальчиков и девочек, чьи родители радикально расходятся в подходе к воспитанию.

Если мы хотим воспитать ответственных и здоровых детей, то должны искать середину между крайностями любви и контроля.

Среди самых враждебных и агрессивных подростков, которых я встречал, многие вышли из семей, где взрослые придерживаются противоположных мнений в вопросах дисциплины. Предположим, отец не любит своих детей и не заинтересован в их благополучии. Его методы воспитания суровы и включают рукоприкладство. Он приходит домой усталым и может оттолкнуть детей, если они крутятся у него под ногами. Мать же снисходительна от природы. Каждый день она переживает из-за недостатка любви в отношениях отца и ребенка и в конце концов решает компенсировать ее сама. Когда папа

отправляет сына спать без ужина, мама подсовывает ему молоко и печенье. Когда отец говорит «нет» на конкретную просьбу, она находит способ сказать «да». Она позволяет детям оставаться безнаказанными, потому что не в ее духе конфликтовать с ними.

В таких условиях фигуры, представляющие власть, противоречат друг другу. Ребенок оказывается между ними и часто вырастает, ненавидя обоих. Так происходит не всегда, но вероятность проблем очень высока. Если мы хотим воспитать ответственных и здоровых детей, то должны искать середину между крайностями любви и контроля.

В: Сейчас я вижу, что причинила много вреда своим детям. Могу ли я все исправить?

О: Не думаю, что слишком поздно все поправить, хотя наша способность влиять на детей уменьшается со временем. К счастью, родителям позволено совершать много ошибок. Дети жизнерадостны и обычно прощают нам наши промахи. И это хорошо, потому что никто не может быть идеальным родителем. Кроме того, ребенку вредят не случайные ошибки, а последовательное разрушение условий их жизни на протяжении всего детства.

В: Моя шестилетняя дочь вдруг стала болтливой и грубой. Она сказала мне «отвали», когда я попросила ее вынести мусор; она обзывает меня, когда злится. Я чувствую, что важно дать выйти ее эмоциям, поэтому не пытаюсь подавить их. Вы согласны?

О: Боюсь, что нет. Ваша дочь осознает свое неповиновение и хочет узнать, как далеко вы разрешите ей зайти. Если вы не пресечете неуважительное поведение сейчас, вас могут ждать дикие события в ее подростковом возрасте.

Что касается эмоционального выхода, то вы правы: ваша дочь должна выплеснуть свой гнев. Она имеет право сказать вам почти все при условии, что это будет звучать уважительно. Например: «Я думаю, что ты любишь моего брата больше, чем меня» или «Ты была несправедлива со мной, мамочка». Существует тонкая грань между приемлемым и неприемлемым поведением. Если ребенок испытывает сильное разочарование, гнев или обиду, поощряйте его выражать их, ведь вы не хотите, чтобы он копил их внутри. Но вы не должны

позволять дочери оскорбления и открытый бунт. «Мама, ты задела мои чувства в присутствии друзей» – приемлемое утверждение. «Ты идиотка, почему ты не заткнулась, когда мои друзья были здесь?!» – совершенно недопустимо.

Если ваша дочь обращается к вам уважительно, как в первом варианте, было бы разумно попытаться понять точку зрения ребенка. Ведите себя как взрослый человек и извинитесь, если обидели ее зря. Если же вы чувствуете, что правда на вашей стороне, спокойно объясните, почему вы действовали именно так и что ей делать, чтобы избежать столкновения в следующий раз. Можно выпускать пар и не жертвовать при этом уважением родителей. Ребенка надо этому научить. Эти инструменты общения очень пригодятся ему в дальнейшей жизни, особенно в браке.

Глава 7

Дисциплина и потребности ребенка

Ивонна, мама из Сан-Антонио, написала мне: «Я была в библиотеке с двадцатимесячной Кристи. Я попросила библиотекаря помочь мне найти книгу «Мой маленький бунтарь», которая тогда только вышла. Пока библиотекарь заполняла форму, чтобы заказать книгу, Кристи бросилась на пол в истерике, потому что я не дала ей побегать между стеллажами. Дама за стойкой сочувственно посмотрела на меня и спросила: «Нам стоит написать на заказе «Срочно»?»

Хотя общие принципы, изложенные мной, подходят для большинства детей, родители должны анализировать и применять их индивидуально к сложным личностным моделям конкретного ребенка. Можно еще добавить, что его эволюционные этапы находятся в движении, так что мама и папа должны быть готовы к постоянным зигзагам. Подход, который уместен и эффективен в пять лет, может устареть в шесть или семь, создав потребность в чем-то совершенно ином. Затем на сцену выходит подростковый возраст, который требует полной отдачи. Лучшее, что я могу сделать, чтобы помочь вам сориентироваться в постоянно меняющихся моделях, – это дать некоторые рекомендации для каждой возрастной категории и посоветовать вам адаптировать их, руководствуясь своим пониманием.

Давайте начнем с рождения и проложим наш путь через детские годы. Это далеко не исчерпывающее обсуждение, а лишь общие дисциплинарные методы для конкретных периодов.

С рождения до семи месяцев

Нет необходимости в *прямом* наказании ребенка до семи месяцев, независимо от его поведения или обстоятельств. Многие родители шлепают полугодовалого малыша за то, что он вертится, когда ему меняют подгузник, или плачет по ночам. Это большая ошибка. Ребенок

не способен понять свою обиду или связать ее с наказанием. В этом возрасте младенцев нужно обязательно брать на руки, выражать им любовь, ласкать и успокаивать тихим голосом. Их надо кормить, когда они голодны, и содержать в чистоте, сухости и тепле. Фундамент для эмоционального и физического здоровья закладывается в шестимесячный период, который должен характеризоваться безопасностью, привязанностью и теплотой.

Родители, которые сразу после рождения задавались вопросом: «Выживет ли этот ребенок?», теперь, пытаясь удержать вибрирующую детскую кроватку, спрашивают себя в три часа ночи: «А выживем ли мы?»

С другой стороны, мы рискуем вырастить привередливую и требовательную малышку, хватая ее на руки всякий раз, когда она начинает хныкать. Дети в раннем возрасте учатся манипулировать родителями через процесс, называемый «подкрепление», повторяя то поведение, которое приводит к приятному для них результату. Здоровая девочка может заставить мать или отца прыгать вокруг нее двенадцать часов в день (или ночь), просто с помощью воздуха, проходящего через гортань. Чтобы избежать этого, вам нужно найти баланс между необходимым вниманием, уделяемым вашей дочурке, и позволением ей стать крошечным диктатором. Не бойтесь дать ей поплакать недолгое время (это считается полезным для легких). Но нужно прислушиваться к тону ее голоса, чтобы определить, плачет ли она из-за случайного недовольства или из-за какой-то настоящей беды. Большинство родителей учатся распознавать это очень быстро.

Я должен сказать очевидное: да, есть дети легкие и есть дети трудные! Некоторые, кажется, полны решимости разнести дома, в которых они родились; они спят спокойно днем, а потом воют в знак протеста всю ночь; они часто мучаются от колик и срыгивают на одежду (обычно по дороге в церковь); они контролируют свою внутреннюю канализацию, пока вы не передаете их на руки друзьям, и тут-то они позволяют ей прорваться. Вместо того чтобы уткнуться вам в плечо и прижаться, они извиваются в поисках свободы. И тогда родители, которые сразу после рождения задавались вопросом: «Выживет ли этот ребенок?», теперь, пытаясь удержать вибрирующую

детскую кроватку, спрашивают себя в три часа ночи: «А выживем ли мы?»»

Оба поколения обычно приходят в норму достаточно быстро, а трудное начало становится тусклым воспоминанием. Из требовательного тирана вырастет мыслящий, любящий человек с вечной душой и особым местом в сердце Творца. Измученным и измотанным родителям я хочу сказать: «Не сдавайтесь! Вы делаете самое важное дело на земле».

С восьми до четырнадцати месяцев

Многие дети начинают испытывать своих родителей на прочность во второй семимесячный период. Конфронтации будут мелкими и нечастыми до первого дня рождения, но признаки будущей борьбы уже проявляются. Наша дочь Даная, например, в первый раз бросила вызов Ширли всего в девять месяцев. Жена натирала воском кухонный пол, когда Даная подползла к краю линолеума. Ширли сказала: «Нет, Даная», – жестом приказывая ребенку не заходить в кухню. Наша дочь заговорила очень рано, поэтому она хорошо понимала слово «нет». Тем не менее, она поползла прямо на липкую поверхность. Ширли взяла ее и усадила на полу в дверном проеме, сказав «нет» более твердо. Нисколько не расстроившись, Даная снова уселась на только что обработанный пол. Жена взяла ее опять, сказав «нет» еще тверже, и снова посадила ее за пределами кухни. Процесс повторялся семь раз, пока Даная наконец не сдалась и не уползла в слезах. Насколько мы помним, это было первое прямое столкновение между девочкой и ее мамой. За ним последовали многие другие.

Как родители призывают к порядку годовалого ребенка? Очень осторожно и мягко! Детей в этом возрасте легко отвлечь. Вместо того чтобы резко выдергивать фарфоровую чашку из рук малыша, покажите ему что-то яркое и будьте готовы поймать хрупкий предмет, пока он не упал. При таких неизбежных столкновениях, как с Даней на кухне, побеждайте детей твердым упорством – но не наказанием. Опять же, не бойтесь слез ребенка, которые могут стать мощным оружием в борьбе против дневного и ночного сна или смены подгузника.

Имейте смелость руководить ребенком, не становясь при этом суровым, злым или грубым.

Прежде чем закончить разговор про этот динамичный период, я поделюсь с вами результатами десятилетнего исследования детей в возрасте от восьми до восемнадцати месяцев. Хотя это исследование, известное как «Дошкольный проект Гарвардского университета», было завершено более двадцати пяти лет назад, его выводы по-прежнему актуальны. Ученые во главе с доктором Бертоном Уайтом в течение десяти лет тщательно изучали маленьких детей, надеясь выяснить, как опыт первых месяцев жизни способствует развитию здорового, умного человека. Выводы из этого исчерпывающего труда приведены ниже, они первоначально публиковались в *American Psychological Association Monitor*^[37].

- Становится все более очевидным, что истоки человеческих способностей следует искать в критический период развития между восемью и восемнадцатью месяцами. Опыт ребенка в этот короткий промежуток оказывает больше влияния на будущий интеллектуальный уровень, чем любое другое время до или после.

- Главный фактор окружения в жизни ребенка – его мать. Она «с ним в связке» и оказывает самое сильное влияние на его развитие.

- Живой язык, обращенный на ребенка (не путать с телевизором, радио или разговорами других людей между собой) имеет важнейшее значение для формирования фундаментальных лингвистических, интеллектуальных и социальных навыков. Исследователи пришли к выводу: «Обеспечение богатой социальной жизни для двенадцати-пятнадцатимесячного ребенка – лучшее, что вы можете сделать, чтобы развить его мышление».

- Дети, которым позволено свободно перемещаться по дому, развиваются гораздо быстрее, чем те, чьи движения ограничены.

- Семья – это самая важная образовательная система. Если мы хотим вырастить умных и здоровых детей, то добиваться этого нужно путем укрепления семей и отношений внутри них.

- Лучшими родителями в исследовании стали те, кто преуспел в трех ключевых функциях:

1. Они были превосходными дизайнерами и организаторами детского пространства.

2. Они позволяли своим детям прерывать себя на полминуты, и в это время происходили личная консультация, успокоение, обмен информацией и духовный подъем.

3. Они были «твердыми сторонниками дисциплины, одновременно проявляя огромную любовь к своим детям». (Я бы сам не смог выразить это лучше.)

Эти данные красноречиво говорят о самых важных проблемах раннего детства. Я слышу в них подтверждение концепции, которой я посвятил свою профессиональную жизнь.

С пятнадцати до двадцати четырех месяцев

Говорят, что всех людей можно поделить на две большие категории: те, кто говорит «да» на все, что им предлагают, и те, кто на все отвечает «нет». С полной уверенностью могу заявить, что любой малыш в мире, достигший этого возраста, попадает во вторую категорию. Есть одно слово, которое характеризует период между пятнадцатью и двадцатью четырьмя месяцами, и это слово «нет»! Нет, они не хотят есть кашу. Нет, они не хотят играть в кубики. Нет, они не хотят принимать ванну. И можете не сомневаться: они никогда не хотят ложиться спать. Легко понять, почему этот период жизни был назван «первым подростковым»: из-за негативизма, конфликтности и открытого неповиновения.

Доктор Т. Берри Бразелтон написал замечательную книгу под названием «Малыши и родители» / *Toddlers and Parents*, где он дает исчерпывающую характеристику «ужасным двухлеткам»^[38]. Вот описание типичного полуторагодовалого мальчика Грэга. Хотя я никогда не встречал этого малыша, я хорошо его знаю... Вы тоже близко познакомитесь с ним, как только ваш собственный малыш научится ходить.

Когда Грэгу шел второй год и он начал все отрицать, родители чувствовали себя, как после удара кувалдой. Казалось, его природная доброта скрылась под грузом недоброжелательности. Если родители спрашивали что-нибудь, Грэг злобно поджимал

губы, напускал на себя мрачный вид, щурил глаза и, пристально глядя на них, отвечал: «Нет!» Когда ему предлагали мороженое, которое он очень любил, сначала он говорил «нет», а потом протягивал руку. На предложение пойти погулять он отвечал «нет» и мчался за комбинезоном.

Привычка родителей наблюдать за Грэгом, чтобы понять, как реагировать, уже не помогала. Казалось, он боролся с ними все время. Когда его просили выполнить знакомое поручение, он отвечал: «Я не могу!» Если мать не давала ему вывалить одежду из ящичков, он упорствовал: «Я должен». Он не соблюдал установленных границ и не успокаивался, пока родители не признавали поражения. Он включал телевизор, когда мать уходила из комнаты. Она возвращалась, мягко журила его, выключала и снова уходила. Он включал телевизор. Она вбегала в комнату, чтобы урезонить его и спросить, почему он не слушается. Он отвечал: «Я должен». Она настаивала, чтобы он оставил телевизор в покое; напряженность росла. Он смотрел в ответ в упор, не отводя глаз. Она возвращалась на кухню. Он включал телевизор. Она вбегала в комнату, чтобы сильно шлепнуть его по рукам. Он глубоко вздыхал и произносил: «Я должен». Она садилась рядом и умоляла его послушаться, чтобы не быть наказанным. Он снова хмурил брови, делал вид, что слушает и не слышит. Она устало вставала, он подходил к телевизору и включал его. Мама возвращалась со слезами на глазах, шлепала его и говорила: «Грэг, почему ты заставляешь меня тебя бить? Я ненавижу это!» Он отвечал: «Я должен».

Когда мама сидела в кресле и тихо плакала, он, устроившись у нее на коленях, трогал ее влажное лицо.

После такого столкновения миссис Лэнг была обессилена. Грэг чувствовал это и старался быть внимательным. Он бежал на кухню и приносил ей швабру и совок. Такой поворот событий вызывал у нее улыбку, и она обнимала сына.

Грэг улавливал изменения в ее настроении и, весело пританцовывая, проскальзывал в угол комнаты за стул. Оттуда он обращался к матери: «Эй! Смотри». Толкая стул, он задевал лампу, которая с грохотом падала на пол. Мать вскрикивала: «Нет, Грэг!» Он сворачивался на полу, зажмурив глаза и закрыв уши руками, как будто пытался отгородиться от учиненного им хаоса.

Как только его сажали на высокий стул, он начинал хныкать. Мать удивлялась, переставала готовить ему еду и вела его переодеваться. Это не помогало: когда она снова сажала его на стул, он извивался и крутился. Тогда она опускала его на пол, чтобы он поиграл, пока готовится обед. Он лежал на полу, то визжа, то ноя. Это было настолько необычным, что мать даже щупала его лоб, чтобы узнать, не горячий ли он... В конце концов она возвращалась к обеду. Без аудитории Грэг затихал.

Когда мать снова усадила сына за стол, его пронзительный вой возобновился. Она поставила перед ним тарелку с едой и положила вилку. Он бросил вилку на пол и стал отпихивать тарелку. Миссис Лэнг решила, что ему нездоровится. Она предложила ему его любимое мороженое, но он притворился беспомощным и отказывался есть сам. Мать стала кормить Грэга; он покорно съел две ложки, потом выбил ложку у нее из рук и оттолкнул мороженое. Теперь миссис Лэнг была абсолютно уверена, что он болен.

Миссис Лэнг посадила Грэга на пол, чтобы он поиграл, пока она обедает, но это было не то, чего он хотел. Малыш продолжал дразнить мать, требовать еду с ее тарелки и жадно все съесть, что опровергало мысль о болезни. Когда миссис Лэнг решила игнорировать сына и продолжать свой обед, его усилия удвоились. Он забрался под раковину и схватил бутылку с отбеливателем, которую пришлось у него отнять. Он упал на пол и громко заплакал, делая вид, что ударился. Он начал пукать, будто готовится наложить в штанишки. Это был верный способ отвлечь мать от ее дел и кинуться с ним в туалет – такие сигналы она не пропускала. Грэг довольно улыбался и отказывался делать то, ради чего его посадили на унитаз. Матери казалось, что на нее наступают на всех фронтах и ни на одном из них она не может победить.

Стоило ей повернуться, чтобы уйти и заняться своими делами, он сделал то, что от него требовалось^[39].

Грэг был классическим ребенком-бунтарем. Он развлекался за счет мамы и обходился с ней достаточно сурово. Скоро я расскажу, как надо обращаться с такими детьми.

Картина, изображенная доктором Бразелтоном, выглядит довольно пессимистично, хотя нередко случается, что двухлетний ребенок разрушает мир и спокойствие домашнего очага. (Наш сын Райан

любил дуть пузыри в собачьей миске с водой. Его игра нас ужасала.) Однако, несмотря на все битвы, нет более восхитительного времени, чем этот период динамичного расцвета. Новые слова осваиваются каждый день, и забавные выражения этого возраста вспоминаются еще полвека. Это время переживаний над сказками, фантазиями и пушистыми щенками. И самое главное – это драгоценное время любви и тепла пролетает слишком быстро. Миллионы пожилых родителей с взрослыми детьми сегодня отдали бы все, только бы вновь пережить те дни со своими малышами.

Позвольте мне дать несколько рекомендаций, которые, надеюсь, окажутся полезными, когда дети выходят на тропу войны. Но прежде я хочу предупредить, что негативизм этого турбулентного периода – нормальное и здоровое явление, и ничто не заставит полуторагодовалого малыша вести себя, как полагается пятилетнему ребенку. Время – единственный настоящий «лекарь».

Теперь давайте поговорим о Грэге. Именно на такое поведение ссылалась Сусанна Уэсли, когда писала: «Чтобы сформировать души детей, первым делом нужно победить их волю и привести их к послушанию. Говорить о понимании – это забота времени, и с детьми здесь нужно действовать не торопясь, по мере их способности понимать; а вот подчинение воли – первоочередная задача, решить которую нужно чем раньше, тем лучше!» Я не уверен, что миссис Лэнг справилась с этой задачей.

Когда наступают времена конфронтации с такими детьми-бунтарями, как Грэг, слегка шлепать по попке или по руке можно с пятнадцати-восемнадцати месяцев. Но это наказание должно быть относительно редким и применяться против откровенного непослушания, как в случае с телевизором. Грэг понимал, чего от него ждут, но отказался подчиняться. Такое поведение я называю умышленным неповиновением. Грэг явно издевался над матерью и проверял, насколько хватит ее терпения, а миссис Лэнг неправильно оценила ситуацию. Я не критикую ее и понимаю, как она была расстроена. Уверен, что большинство матерей отреагировали бы так же. Тем не менее, ей нужно было решительно сражаться, чтобы выиграть и избежать бесконечных повторений такого поведения в будущем. Но она потерпела поражение.

Посмотрите еще раз на ошибки, которые сделала эта мать. Когда Грэг включал телевизор, после того как она демонстративно выключала его, миссис Лэнг «мягко журила его». Он снова включал, и она «вбегала в комнату, чтобы урезонить его». Потом она спрашивала, почему он не слушается. Он отвечал: «Я должен» – и снова включал телевизор. Наконец, мама «вбегала в комнату, чтобы сильно шлепнуть его по руке».

Шлепнуть Грэга по руке было правильным, но запоздалым решением. Ей следовало сделать это, когда она предупредила его в первый раз, а он все равно поступил по-своему. Следующие шаги миссис Лэнг были не только неэффективными, но и усложняли ситуацию. Абсолютно бессмысленно стараться «урезонить» малыша в момент открытого неповиновения, и уж точно не нужно мямлить и спрашивать его «почему?». Вы никогда не получите ответа на этот вопрос. Если бы Грэг был старше на несколько лет и ответил правдиво, он сказал бы: «Потому что хочу свести тебя с ума, вот почему». Миссис Лэнг начала умолять своего мальчика-бунтаря послушать ее и послушаться, а потом заплакала, когда он вынудил ее наказать его. Она все сделала неправильно.

Я остановился на этой истории, потому что она применима к миллионам родителей, которых заставили поверить, что мягкое наказание вредит детям и прибегать к нему можно только как к последнему средству после ругани, нытья, плача, неоднократных объяснений и попыток вразумить чадо. Эти реакции на вопиющее неповиновение лишь подрывают авторитет родителей и ставят их на одну доску с ребенком. Какое восхитительное состояние для двухлетнего: он нападает на сильного взрослого и доводит маму до слез!

Миссис Лэнг должна была вернуться в комнату, после того как телевизор был включен во второй раз, взять лицо сына в ладони, посмотреть ему прямо в глаза и твердо сказать: «Послушай меня, Грэг. Мама не хочет, чтобы ты снова прикасался к телевизору. Ты слышишь меня? НЕ ПРИКАСАЙСЯ К НЕМУ. Ты понял?» Поведи себя мать так, она бы обозначила четкие границы поведения, которые Грэг бы запомнил.

Матери казалось, что на нее наступают на всех фронтах и ни на одном из них она не может победить.

Если бы он вернулся к телевизору, чтобы сразиться в третьем раунде, матери нужно было стоять рядом. Вразумляющий хлопок по руке должен произойти немедленно. На этот раз объяснения и рассуждения излишни, достаточно маминого приказа. Большинство детей завершили бы инцидент слезами, и бунтарское настроение Грэга было бы подавлено.

Если бы он проявил больше твердости, то мог бы проверить маму снова. Без крика, слез и мольбы ей нужно было просто переломить его, как бы много времени на это ни потребовалось. Помните слова доктора Бразелтона: Грэг не угомонится, пока мать не потерпит поражение. Вот почему она не должна позволить ему победить. Малышу положено выйти из стычки с убеждением, что *«...мама права. Мне не нравится, что произошло со мной. Лучше буду делать то, что она говорит»*.

Реакция со стороны матери должна исключать оскорбительные физические или эмоциональные выпады в адрес ребенка. Исходя из многолетнего опыта работы с родителями, я убежден, что сильно расстроенная мама, похожая на миссис Лэнг, совершила бы меньше необдуманных поступков, если бы приняла вызов раньше, а не ждала момента, когда будет слишком измотана, чтобы контролировать себя.

Я хочу предостеречь родителей от наказания малышей за поведение, которое естественно и необходимо в процессе обучения. Исследование окружающего мира, например, имеет огромное значение для интеллектуального развития. Мы с вами смотрим на хрустальную безделушку и получаем необходимую информацию о ней. Малыши же будут изучать ее всеми своими чувствами. Они возьмут ее в руки, попробуют на вкус, понюхают, помашут ей в воздухе, постучат по стене, швырнут в угол, насладятся звуком, который она издает разбиваясь. В результате дети немного узнают о силе тяжести, грубых и гладких поверхностях, хрупкости стекла и такой удивительной вещи, как родительский гнев. (Но совсем не это делал Грэг. Он не занимался исследованием. Он не подчинился матери.)

Разве я предлагаю, чтобы детям, бунтарям или нет, разрешалось разрушать дом и все его содержимое? Нет, но не стоит ждать, что

любопытные малыши будут держать свои пухлые ручки при себе. Родители должны удалить хрупкие и опасные предметы и выстелить детский путь разнообразными увлекательными вещами. Позвольте им исследовать все, что не ломается. Никогда не наказывайте детей, если они берут дорогую вещь, не зная, что это им запрещено. Что касается опасных предметов (электрические вилки, духовки) или запрещенных (пульт телевизора), то на них можно и нужно обучать детей команде «Не трогай!». После того как ребенку станет ясно, чего от него ждут, шлепок по руке обычно препятствует повторению эпизода.

О наказаниях маленьких детей написано много книг. Я и сам написал некоторые из них. Здесь я лишь касаюсь этой темы, чтобы подсказать вам правильный подход к руководству такими малышами, как убежденный бунтарь Грэг.

Два и три года

Возможно, самый неприятный момент в этом возрасте – склонность детей проливать, разрушать, съедать, ронять, топить и уничтожать все находящееся вокруг или забираться куда-нибудь. Они также умеют создавать неловкие ситуации, например чихая в сторону человека, который сидит рядом с вами в Макдоналдсе. Когда малышу или малышке два-три года, любая необъяснимая тишина дольше тридцати секунд приводит взрослого в состояние паники. Какая мать не испытывала острые ощущения, открыв дверь в спальню и увидев на ковре ураган по имени Ханна, перепачканный губной помадой от макушки до пят, а рядом с ней на том же ковре в центре – яркий отпечаток ее ладошки? Комната полна аромата Шанель № 5, которым она надушила сестренку или братика. Разве не интересно когда-нибудь провести международный съезд всех матерей, испытавших подобные травмы?

Когда моей дочери было два года, она была зачарована, впервые наблюдая, как я бреюсь утром. Она, затаив дыхание, смотрела, как я накладываю крем для бритья на лицо, а потом пользуюсь бритвой. Это должно было послужить мне сигналом: что-то произойдет. На следующее утро Ширли пришла в ванную и нашла нашу собаку Сигги

на ее любимом месте – на меховой крышке унитаза. Даная покрыла голову пса пеной и начала сбривать шерсть с его черепа! Отчаянный крик Ширли «Даная!» заставил Сигги и его цирюльника обратиться в бегство в поисках безопасного места. Забавно было смотреть на маленькую собачку с зазубринами и пролысынами на голове.

У Райана в том же возрасте была невероятная способность устраивать беспорядок. Он умел перевернуть или пролить что-то, особенно за столом, быстрее любого знакомого мне ребенка. (Однажды, поедая сэндвич с арахисовым маслом, он взял его неправильно и перепачкался так, что не узнал свои пальцы. Увидев один из них, бедняга схватил его изо всех сил.) Из-за этой разрушительной склонности Райан неоднократно слышал слово «беспорядок» от меня и Ширли. Оно стало одним из самых важных в его словарном запасе. Однажды вечером, принимая душ, я оставил дверь приоткрытой и разлил немного воды на полу. Как и следовало ожидать, Райан зашел в ванную, выпятил грудь и произнес насколько мог сурово: «Сто здесь за бейспаядок?»

Никогда не наказывайте детей, если они берут дорогую вещь, не зная, что это им запрещено.

Необходимо чувство юмора, чтобы сохранить здравомыслие, пока ваш ребенок находится в возрасте двух-трех лет. Но вы должны продолжать прививать ему уважение к вашей власти и воспитывать послушание.

Большая часть комментариев из предыдущего раздела также относится к малышам от двух до трех лет. Хотя они сильно отличаются от полуторегодовалых, тенденция тестировать и оспаривать родительские права сохраняется. Если дети постоянно побеждали в ранних противостояниях, конфликты второго и третьего года жизни становятся еще сложнее. Неуважение к авторитету родителей начинает закрепляться в детском сознании. Поэтому я подчеркиваю важность внушения двух идей до того, как ребенку исполнится четыре года:

- «Я люблю тебя больше, чем ты можешь представить. Ты настоящая драгоценность для меня, и я каждый день благодарю Бога за то, что он позволяет мне растить тебя!»

- «Именно потому, что я люблю тебя, я должен научить тебя слушаться меня. Только так я могу позаботиться о тебе и защитить тебя от опасности. Давай прочитаем то, что говорит нам Библия: «Дети, повинуйтесь своим родителям в Господе, ибо это правильно» (Ефессянам 6:1).

В этой книге я много раз повторяю одно и то же, и это принципиально. Здоровое воспитание детей может быть достигнуто только с использованием любви и контроля. Они должны работать в гармонии. Любая концентрация на любви и исключение контроля обычно порождает неуважение и презрение. И наоборот, авторитарная и репрессивная домашняя атмосфера глубоко возмущает ребенка, который чувствует себя нелюбимым или даже ненавистным. Цель в том, чтобы соблюсти баланс между милосердием и справедливостью, любовью и властью, любовью и контролем.

Как можно призвать к порядку непослушного двух- или трехлетнего ребенка? Один из возможных подходов – заставить его посидеть в кресле и подумать о том, что он совершил. Эту меру часто называют тайм-аутом. Большинство детей этого возраста полны энергии и не могут вынести десяти унылых, неподвижных минут на стуле. Для некоторых малышей такая форма наказания оказывается эффективнее шлепков и помнится дольше.

Родители, которым я рекомендовал использовать тайм-ауты, часто задают вопрос: «А что, если они не останутся в кресле?» То же самое спрашивают о привычке ребенка вылезать из кровати, после того как его уложили спать. Это примеры прямой конфронтации. Родители, не способные заставить ребенка сидеть на стуле или оставаться в кровати, еще не установили над ним свою власть. Нет лучшего времени изменить отношения, чем сейчас.

Я бы предложил уложить ребенка в кровать и сказать ему: «Брэндон, на этот раз мама говорит не простые слова. Ты меня слушаешь? Не вставай с постели. Ты меня понимаешь?» Затем, если он встанет, шлепните его по ногам или по попке валиком или ремешком. (Я объясню позже, почему, на мой взгляд, нейтральный объект лучше, чем рука.) Положите валик туда, где ребенок его видит, и пообещайте отшлепать снова, если он опять поднимется с кровати. Уверенно покиньте комнату без дальнейших комментариев. Если он вскакивает,

выполните свое обещание и предупредите его еще раз о последствиях. Повторяйте эпизод, пока ребенок не признает, что вы главнее. Потом обнимите его, скажите, как вы его любите, напомните, как важен сон для его здоровья, и так далее.

Ваша цель в этом болезненном упражнении (болезненном для обеих сторон) – не только в удержании ребенка в постели, но и в подтверждении собственного лидерства, которое он должен осознать. На мой взгляд, слишком многим родителям не хватает смелости победить в этих противостояниях, и они больше склоняются к обороне. Помните: вы – власть, которая желает добра, и ведите себя соответственно.

От четырех до восьми лет

К тому времени, когда ребенок достигает четырех лет, в центре внимания должно быть не только само его поведение, но и *отношение* к нему. Задача может быть относительно проста или очень сложна, в зависимости от темперамента ребенка. Некоторые дети бывают теплыми, любящими и доверчивыми от природы, другие искренне верят, что весь мир вокруг против них. Одни любят давать и делиться, а их братья и сестры эгоистичны и требовательны. Некоторые улыбаются весь день, в то время как другие жалуются на все – от зубной пасты до брокколи.

Эти поведенческие модели нестабильны. Как правило, они чередуются циклическим образом: от бунта к послушанию. Период интенсивного конфликта и вызывающего протеста (при правильном обращении) сменяется периодом любви и отзывчивости. Но когда расслабившиеся мама и папа поздравляют себя с успешно выполненной работой, их маленький хамелеон снова меняет цвета.

Некоторые могут спросить: «Ну и что? Почему мы должны быть обеспокоены настроением мальчика или девочки?» Действительно, немало детских специалистов предлагают игнорировать негативные настроения, в том числе и проявленные в вызывающей форме Вот пример:

Это [рекомендация родителям игнорировать непослушание] лучше всего работает с раздражающим, но не опасным поведением, таким как сквернословие или истерики. Эффективное игнорирование предполагает исключение разговоров с ребенком, прямое наблюдение за ним или использование языка жестов, который указывает на ваше отношение^[40].

Сторонником этого наивного подхода был доктор Лютер Вудворд, чьи рекомендации содержатся в книге «Ваш ребенок от двух до пяти» / *Your Child from Two to Five*^[41], которая, к счастью, давно не переиздавалась. Вот как звучит совет доктора Вудворда:

Что вы делаете, когда ваш ребенок называет вас «большой вонючкой» или угрожает смыть вас в унитаз? Вы ругаетесь, наказываете... или разумно не обращаете внимания?^[42]

Доктор Вудворд рекомендовал позитивную политику понимания как лучший и самый быстрый способ помочь ребенку перерасти это словесное насилие. Он писал: «Когда родители осознают, что все малыши порой злятся и стремятся к разрушению, они способны эффективно минимизировать детские вспышки. Как только дошкольник избавляется от своей враждебности, он теряет желание уничтожать и появляется шанс для расцвета врожденных чувств любви и привязанности. Когда ребенку исполнится шесть или семь, родители могут дать ему понять, что пора перерасти стремление дерзить им»^[43].

Затем доктор Вудворд предупреждает читателей, что его либеральный совет не вызовет поддержки у окружающих. Он пишет: «Эта политика требует широты взглядов и достаточного хладнокровия, особенно когда друзья и родственники высказывают неодобрение и предупреждают, что вы воспитываете негодяя»^[44].

В этом случае ваши друзья и родственники, вероятно, будут правы. Предложение (оно опубликовано в разрешительные 1950-е годы и сходно с другими работами того времени) основано на ошибочном представлении о том, что отношения с детьми станут любящими и нежными, если взрослые будут все позволять им и поощрять их эмоциональные всплески и дерзкое поведение в раннем возрасте. Это

не сработало для поколения доктора Вудворда и не принесет успеха с вашими детьми. Ребенок, который называет свою мать большой вонючкой (или еще хуже) в течение шести-семи лет, вряд ли допустит родительское лидерство во время бурь подросткового возраста. К тому времени исчезнет возможность формировать волю трудного ребенка, а бунтарское поведение станет повседневной реальностью.

Помните: вы – власть, которая желает добра, и ведите себя соответственно.

Я выразил свои противоположные взгляды на эту тему в книге «Не бойтесь наказывать – 2» / *The New Dare to Discipline*:

Я считаю, что если мы хотим, чтобы дети были добрыми, благодарными и приятными в общении, то этому надо учить, а не надеяться на лучшее. Если мы хотим видеть честность, правдивость и бескорыстие в нашем потомстве, то эти характеристики должны стать осознанными целями раннего воспитательного процесса. Если нам важно воспитывать уважительных, ответственных молодых граждан, то мы должны формировать их соответствующим образом. Суть очевидна: наследственность не создает у ребенка нужных представлений; дети усваивают то, чему их учат. Мы не можем ждать, что желанное поведение появится волшебным образом, если не выполнили свои ранние домашние задания^[45].

Боюсь, что многие родители сегодня не в состоянии формировать жизненную позицию у детей, а именно она способствует успешной и ответственной жизни.

Но как формируется жизненная позиция ребенка? Большинство родителей считают: легче иметь дело с откровенным неповиновением, чем с некрасивыми качествами характера. Позвольте мне повторить два старых совета, а потом я предложу систему, которой можно пользоваться с не очень приятными в общении детьми.

Ничто не заменит родительского примера в воспитании жизненной позиции. Кто-то написал: «Следы, по которым пойдет ребенок, скорее всего, те, что родители надеялись скрыть». И это правда. Наши дети внимательно следят за нами и инстинктивно подражают нашему

поведению. Поэтому мы вряд ли можем ожидать, что они будут добрыми и заботливыми, если мы постоянно ворчливы и эгоистичны. Мы не сможем научить их благодарности, если сами никогда не говорим «пожалуйста» и «спасибо» у себя дома и за его пределами. Наши дети не станут честными, если мы учим их лгать, заставляя отвечать по телефону, что папы нет дома. Наши мальчики и девочки быстро увидят контраст между тем, что мы говорим, и тем, как поступаем. Свой выбор они сделают на основе нашего поведения и проигнорируют пустые проповеди родителей.

Большинство желаемых качеств, которые следует воспитывать в детях, – экстраполяции иудео-христианской этики, включающие честность, уважение, доброту, любовь, человеческое достоинство, послушание, ответственность, почтение и так далее. Как эти проверенные временем принципы передаются следующему поколению? Ответ был дан Моисеем в словах, которые он написал более трех тысяч лет назад в книге Второзакония: «И да будут слова сии, которые Я заповедую тебе сегодня, в сердце твоём. И внушай их детям твоим и говори о них, сидя в доме твоём и идя дорогою, и ложась и вставая. И навяжи их в знак на руку твою, и да будут они повязкою над глазами твоими. И напиши их на косяках дома твоего и на воротах твоих» (Второзаконие 6:6–9).

Другими словами, мы не можем привить эти заповеди во время двухминутной молитвы перед сном или церковной службы. Мы должны жить согласно заповедям с утра до вечера. Они подкрепляются нашими ежедневными беседами, демонстрациями, поощрениями и наказаниями. И наконец, позвольте мне предложить подход, который может оказаться полезным с бунтарем или негативным ребенком (в возрасте шести или более лет), если другие формы воспитания оказались неэффективными. Я имею в виду плаксивого, вечно жалующегося ребенка, который делает себя и всю свою семью несчастными. При его воспитании необходимо определить желаемые изменения и поощрять улучшения, когда они происходят. Жизненная позиция – это абстракция, которую шести- или восьмилетний ребенок не в состоянии полностью понять. Нам нужна система, которая проясняет цель в его сознании.

Наши мальчики и девочки быстро увидят контраст между тем, что мы говорим, и тем, как поступаем. Свой выбор они сделают на основе нашего поведения и проигнорируют пустые проповеди родителей.

Я разработал диаграмму отношений (см. иллюстрацию на следующей странице), которая переводит эти тонкие материи в конкретные математические термины. Обратите внимание: приведенная система не подходит для ребенка, если у него просто выдался плохой день или он капризничает из-за болезни, усталости, неприятных обстоятельств. Скорее это коррекционный инструмент, помогающий изменить постоянное негативное и неуважительное отношение и заставляющий ребенка осознать свою проблему.

Диаграмма должна быть распечатана в нескольких экземплярах, поскольку на каждый день потребуется отдельный лист. Поставьте крестик в соответствующий квадрат для каждой категории, а затем добавьте общее количество очков, заработанных к моменту ночного сна. Хотя вечерняя оценка кажется ребенку объективной, очевидно, что родители могут повлиять на результат, осознав его заранее (это называется жульничеством). Мама и папа захотят, чтобы Майкл или Ребекка получили восемнадцать очков в первый вечер, и откажутся от наказания, понимая, что ребенок должен исправиться на следующий день. Однако система потерпит неудачу, если непослушный ребенок не будет получать наказания или, наоборот, обещанного поощрения от семьи. Этот подход – не более чем способ применения вознаграждений и наказаний к поведению таким образом, чтобы дети могли его понять и запомнить.

МОЯ ДИАГРАММА ОТНОШЕНИЙ

ДАТА ____/____/____

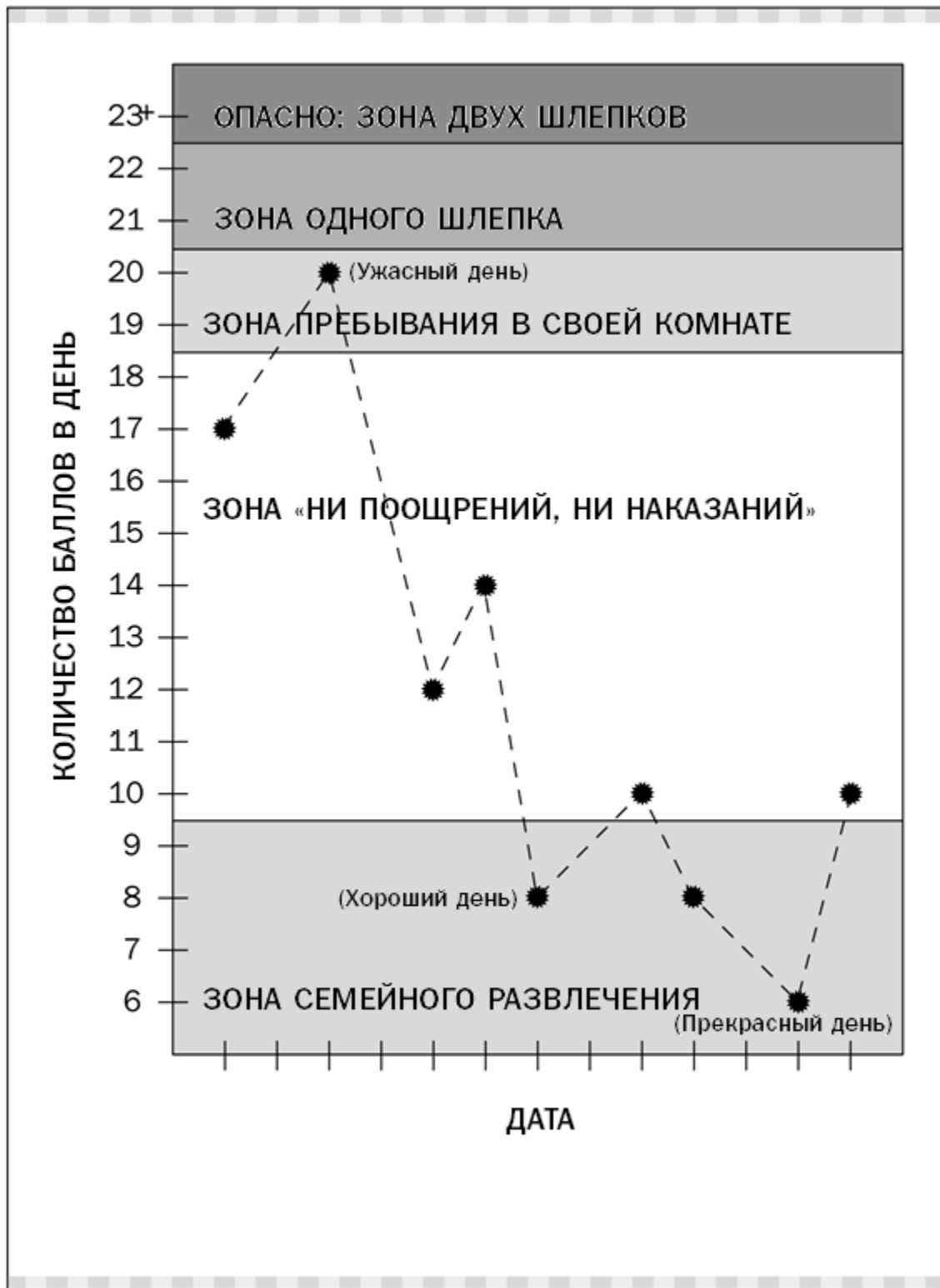
Отличное (1)
Хорошее (2)
Удовлетворительное (3)
Плохое (4)
Ужасное (5)

Мое отношение к маме —					
Мое отношение к папе —					
Мое отношение к сестре —					
Мое отношение к друзьям —					
Мое отношение к работе —					
Мое отношение перед сном —					

ИТОГ _____

ПОСЛЕДСТВИЯ

- 6—9 баллов = Семья приятно проведет время вместе
- 10—18 баллов = Не хорошо и не плохо. Ни поощрений, ни наказаний
- 19—20 баллов = Вынужден провести один час в своей комнате
- 21—22 балла = Я получаю один шлепок
- 23+ баллов = Я получаю два шлепка



Для ребенка, который не очень разбирается в числах, можно построить ежедневные итоги так, как показано ниже.

Я не жду, что все оценят эту систему или будут пользоваться ею. Родители послушных и жизнерадостных детей даже не поймут, зачем вообще нужна диаграмма. Однако матери и отцы угрюмых и вспыльчивых детей скоро признают ее пользу. Пользоваться диаграммой или нет, каждый решает сам, исходя из ситуации.

С девяти до двенадцати лет

В идеале, если фундамент заложен в течение первых девяти лет, то в дальнейшем возможно ослабление родительского контроля. С каждым годом вводится меньше правил, применяется меньше прямых наказаний, ребенок становится более самостоятельным. Это вовсе не означает, что десятилетняя дочь вдруг превращается в эмансипированную девушку, но ей предоставляется больше самостоятельности в повседневной жизни и с каждым годом на нее возлагается больше ответственности.

В период, предшествующий подростковому возрасту, физические наказания должны быть сравнительно редкими. Исследования показывают, что после десяти лет они теряют свою эффективность и должны быть прекращены. Однако, как всегда, есть исключения из правил. Иные дети-бунтари буквально требуют, чтобы их выпороли, и их желания должны быть удовлетворены. Тем не менее для покладистых детей опыт телесных наказаний заканчивается к концу десятилетнего возраста (или даже на четыре года раньше). Некоторые вообще в них не нуждаются.

Общая цель предподросткового периода – внушить ребенку, что все действия имеют неизбежные последствия. Один из самых серьезных недостатков общества вседозволенности – неспособность соединить два фактора: поведение и последствия. Слишком часто трехлетний ребенок выкрикивает оскорбления в адрес матери, но мама смущенно моргает или просто игнорирует его поведение. Первоклассник травит учительницу, а школа делает скидку на его возраст или боится судебного процесса и не предпринимает никаких действий. Десятилетний ребенок пойман на краже конфет в магазине, но отделяется устным выговором. Пятнадцатилетний крадет ключи от семейной машины, но отец вытаскивает его из-за решетки.

Семнадцатилетняя дочь носится на машине как сумасшедшая, а ее родители выплачивают высокую страховку, после того как она сшибает телефонный столб. Как видите, некоторые любящие родители полны решимости встать грудью между поведением и последствиями, нарушая их связь и не давая детям получить ценный урок.

Таким образом, молодой человек вступает во взрослую жизнь, не понимая, что она бывает суровой и что буквально каждое движение непосредственно влияет на его будущее, а безответственное поведение в конечном итоге приносит горе и боль. И вот что самое грустное: взрослый, который не усвоил, что поведение имеет неизбежные последствия, совершает одну за другой ошибки, которых можно было легко избежать. Выйдя на свою первую работу, он опаздывает три раза в течение первой недели, а потом, когда его выгоняют, чувствует себя несчастным и потерянным. Впервые в жизни мама с папой не пришли ему на помощь в неприятной ситуации. Или человек женится, у него появляются дети, но он прыгает с одного места работы на другое, пытаясь «найти себя», а семья испытывает финансовые трудности. (К сожалению, многие родители пытаются выручить взрослых детей, даже когда тем за двадцать, а иногда и за тридцать.) Каков результат? Чрезмерная опека порождает эмоциональных калек, которые надолго остаются зависимыми от родителей и застревают в вечном подростковом возрасте.

Некоторые любящие родители полны решимости встать грудью между поведением и последствиями, нарушая их связь и не давая детям получить ценный урок.

Как связывать поведение с последствиями? Родители должны позволить детям испытать разумное количество боли, когда те ведут себя безответственно. Если Крейг опаздывает на школьный автобус из-за собственного копания, пусть пройдет пару километров пешком и появится на уроках ближе к полудню (если это безопасно). Если Кэтлин потеряет деньги на еду по своей небрежности, пусть останется без обеда. Да, можно зайти слишком далеко, оставаясь жестким и непреклонным родителем. Но плюсы такого подхода в том, что мальчики и девочки научатся нести ответственность, допустимую в их возрасте.

Вот какую историю можно прочитать двенадцати-тринадцатилетнему ребенку. Она была опубликована через несколько дней после затмения солнца.

Типтон. Инд (Агентство Юпи), Энн Тернер, 15 лет, – живое доказательство опасности наблюдения за солнечным затмением невооруженным глазом. Теперь она слепа.

7 марта, несмотря на предупреждения, Энн «бросила быстрый взгляд из окна» на затмение солнца.

«Почему-то я просто продолжала смотреть в окно, – рассказала она Пэт Клайн, репортеру *Tipton Daily Tribune*. – Я была очарована тем, что происходит в небе.

Я не чувствовала ни боли, ни дискомфорта. Возможно, я стояла так четыре или пять минут, пока мама не увидела и не заставила меня отвернуться от окна».

Энн рассказала, что она «...видела пятна перед глазами, но не придавала этому значения». Вскоре после этого она пошла гулять и вдруг поняла, что, посмотрев на светофор, не может разобрать на нем знаков.

Испугавшись, Энн отправилась домой. На крыльце она обнаружила, что «пробирается в темноте».

Она слишком испугалась и ничего не рассказала родителям до следующего дня, хотя у нее «...было подозрение, что происходит что-то ужасное».

«Я плакала и плакала, – рассказывала она. – Я не хотела быть слепой. Видит Бог, я не хочу прожить в темноте всю оставшуюся жизнь.

Я продолжала надеяться, что кошмар закончится и я смогу снова видеть, но темнота только сгущалась. Я испугалась. Я ослушалась родителей и не обратила внимания на предостережения. Я не могла вернуться назад и все изменить. Было слишком поздно».

Когда мистер и миссис Кой Тернер узнали о происшедшем, они отвели Энн к специалистам. Но те только разводили руками и говорили, что не могут помочь девушке вернуть зрение. Она ослепла на 90 % и может различать только слабые очертания

крупных предметов на периферии того, что раньше было ее нормальным полем зрения.

С помощью индивидуального учителя Энн продолжает образование. Она учится жить в мире темноты^[46].

Прочитав эту драматическую историю мальчику или девочке, уместно добавить: «Это произошло, потому что Энн не поверила словам родителей и других взрослых. Вместо этого она положила на свои ощущения. Я читаю тебе это, чтобы помочь понять: скоро ты можешь оказаться в похожей ситуации. В подростковом возрасте у тебя появится больше возможностей делать то, что мы называли опасным. Например, кто-то убедит тебя попробовать наркотики, которые вначале покажутся безвредными, но позже приведут к проблемам со здоровьем. Кто-то другой, возможно даже учитель, предложит секс, убеждая, что это ничем не грозит, пока ты занимаешься им «безопасно». В конечном счете, все закончится заболеванием, которое будет разрушать твой организм и создаст многочисленные проблемы для тебя и человека, с которым ты когда-нибудь вступишь в брак. Точно так же, как Энн, ты не оценишь последствия, пока не станет слишком поздно.

Вот почему так важно для тебя *поверить* всем предупреждениям, которые ты получал, а не полагаться на собственные суждения. Многие подростки совершают ошибки, которые отрицательно сказываются на их дальнейшей жизни, и я хочу помочь тебе избежать их. Но только ты можешь установить свой курс и выбрать путь. Как и Энн, ты можешь выбрать то, к чему зовут твои глаза, или поверить в то, что говорили я и мама, или, еще важнее, поверить Божьему слову. У меня есть уверенность: ты примешь правильные решения и для нас будет огромным счастьем смотреть, как ты вырастешь».

Многое можно сказать об окончании детства, но я должен двигаться дальше. Замечу только, что возраст между десятью и одиннадцатью годами – это заключительное время близости и непритязательной любви между родителями и ребенком. Насладитесь им по максимуму. Поверьте, впереди еще много бурных дней! (Я оставил обсуждение подростковой дисциплины для отдельной главы.)

Последняя иллюстрация. Однажды Ширли сопровождала меня в поездке с лекциями, и мы оставили Данаю и Райана с бабушкой

и дедушкой на целую неделю. Родители Ширли – добрые люди и очень любили наших детей. Однако скачущие, прыгающие и хихикающие непоседы могут измотать нервы *любого* взрослого, особенно того, кто пытается насладиться своими золотыми годами. Когда мы вернулись, я спросил тестя, как вели себя дети и не доставили ли они ему хлопот. Он ответил: «О нет! Они славные ребяташки. Главное – не пускать их в дом, а держать на улице».

Наверное, это лучший дисциплинарный совет из когда-либо полученных мною. Многие поведенческие проблемы можно предотвратить, просто избегая обстоятельств, которые их создают. Для мальчиков и девочек, растущих в многолюдных городах, возможно, нужнее всего бывать на открытом воздухе. Так что это неплохая мысль.

Вопросы и ответы

В: У моего пятилетнего сына проблема с враньем, и я не знаю, как с этим справиться. Как заставить его говорить правду?

О: Ложь – это проблема, с которой сталкивается, пожалуй, каждый родитель. Все дети время от времени искажают правду, а некоторые становятся заядлыми лжецами. Чтобы правильно реагировать, необходимо понимать особенности развития ребенка и его характера. Я предложу лишь некоторые общие рекомендации, требующие поправок в каждом конкретном случае.

Во-первых, маленький ребенок не всегда может полностью распознать, где ложь, а где правда. В сознании дошкольника грань между фантазией и реальностью очень тонкая. Поэтому, прежде чем резко реагировать, убедитесь, что ребенок лжет сознательно, и подумайте, каковы его намерения.

С детьми, которые лгут, чтобы избежать неприятных последствий или получить какое-то преимущество, родители должны использовать эти обстоятельства как воспитательный момент. Главный акцент делается на том, чтобы ребенок всегда говорил правду. Это добродетель, которая должна прививаться не только когда имеет место ложь, но и в другие времена. Во время совместных молитв с детьми читайте Притчи 6:16–19: «Вот шесть вещей, что ненавидит Господь,

даже семь, что омерзительны душе его: глаза горделивые, язык лживый и руки, проливающие кровь невинную, сердце, кующее злые помыслы, ноги, быстро бегущие к злодейству, ложный свидетель, наговаривающий ложь и сеющий раздор между братьями».

Одно из самых ярких событий в жизни – наблюдать, что расцветет в конце детства.

Это очень сильные строки, вокруг которых можно строить совместные молитвы. Объясните, кем был Соломон, почему его учение так важно для нас и как Писание помогает нам. Оно, как вспышка света на темном небосклоне, направляет наши шаги и не дает сбиться с правильного пути. Оно будет защищать нас во сне, если мы навсегда свяжем с ним наше сердце. Заучивайте стихи 6:16–19 вместе, чтобы их можно было использовать в других контекстах. Относитесь к ним как к отправному пункту для обсуждения добродетелей и поведения, угодных Богу. Каждый стих может быть применен к повседневным ситуациям, так что ребенок начнет чувствовать ответственность за то, что он делает и говорит.

Возвращаясь к вопросу лжи, укажите ребенку, что в списке семи вещей, которые Господь ненавидит больше всего, две относятся к нечестности. Говорить правду важно для Бога, и поэтому это имеет значение для нас. Вот почему вы настаиваете на том, чтобы ваш сын или дочь научились говорить правду, даже когда это больно. Ваша цель – заложить фундамент, который поможет вам воспитать в ребенке приверженность к честности.

В следующий раз, когда он скажет откровенную ложь, вы можете вернуться к этому обсуждению и к Писанию. Когда вы почувствуете, что уровень зрелости ребенка это позволяет, начните настаивать на том, чтобы он говорил правду. Можно применить к нему мягкое наказание, если он поступает иначе. Со временем вам необходимо привить сыну или дочери добродетель правдивости.

Вы погубите все, что пытаетесь сделать, если сами нечестны в присутствии детей. Поверьте, они это заметят и будут вести себя соответственно. Если папа позволяет себе отклоняться от правды, у него мало полномочий не давать детям делать то же самое.

В: Мне нравится ваша мысль о равновесии в любви и наказании, но я не уверен, что смогу добиться этого. Мои родители были очень жесткими с нами, и я полон решимости не повторять их ошибок. Но я не хочу выглядеть слабаком. Помогите мне найти золотую середину между двумя крайностями!

О: Возможно, чтобы сформулировать основную цель наказания, стоит выразить ее через отрицание. Это не воспитание идеальных детей. Даже если вы создали безупречную систему дисциплины, которой никто до вас не пользовался, ваши дети останутся детьми. Временами они будут вести себя глупо, лениво, эгоистично и, да, неуважительно. Такова природа человека. У нас, взрослых, тоже есть слабости. Кроме того, дети постоянно в движении, как часы; и вы не должны заставлять их останавливаться. Моя точка зрения такова: цель дисциплины – не воспитание послушных маленьких роботов, которые сидят, патристически и благородно мысля, со сложенными ручками! Даже если бы это было реально, оно того не стоит.

Дисциплина не приходит автоматически к тем, кто никогда не сталкивался с ней. Самоконтроль должен быть усвоен, и ему нужно научить.

Цель, как я ее вижу, в том, чтобы взять сырье, в виде которого наши дети появляются на земле, и постепенно отливать его в форму зрелых, ответственных, богобоязненных взрослых. Это двадцатилетний процесс, который включает в себя прогресс, регресс, успехи и неудачи. Когда ребенку исполнится тринадцать, вы чертыхнетесь, потому что вам покажется, что он утратил все, что вы ему прививали: манеры, доброту, изящество и стиль. Но потом приходит взрослая пора, и из прежних семян начинают прорасти маленькие зеленые побеги. Это одно из самых ярких событий в жизни – наблюдать, что расцветет в конце детства.

В: Вы считаете, что существует связь между родительским снисхождением и подростковой жестокостью, особенно в отношении домашних?

О: Разумеется. Подростковая жестокость дома и на людях бывает вызвана многими причинами, и вседозволенность – одна из них. Много лет назад мне попала статья на эту тему, и я сохранил ее. Хотя она уже старая, но все еще отвечает на поставленный вами вопрос. Ниже я предлагаю отрывок из нее.

Двое ученых из Института психиатрии и поведения человека при медицинской школе Университета Мэриленда выявили то, что они называют новым синдромом насилия в семье: *избиение родителей*.

Этот термин включает в себя как прямое насилие, так и угрозы физической расправы со стороны детей и молодежи.

Ученые подозревают, что этот синдром – не такая уж редкость. Он встречается в семьях всех социальных уровней, где «один или оба родителя отказались от роли исполнительной власти» и никто, кроме избивающего ребенка, не берет на себя ответственности.

Почти во всех таких семьях есть нечто общее: отрицание серьезности агрессивного поведения ребенка.

Например, отец, который чуть было не разбился, когда сын столкнул его с лестницы, настаивает, что у мальчика нет проблем с самообладанием.

Восемнадцатилетний юноша ударил ножом свою мать всего в дюйме от сердца, а она позволила сыну продолжать жить в своем доме.

Доктор Генри Т. Харбин и доктор Деннис Мэдден обнаружили, что одна из ярких особенностей изученных ими случаев – снисходительная реакция родителей на нападение. Вместо того чтобы отстаивать свои права, родители уступали требованиям детей.

Даже если их жизнь была в опасности, они не всегда звонили в полицию и позже при допросе часто лгали, защищая своих детей, да и свой имидж успешных родителей.

По словам исследователей, противостояние агрессивному поведению ребенка воспринимается как признание неудачи.

Еще одной причиной для отрицания стало «сохранение мифа о семейной гармонии», чтобы избежать мысли о распаде семьи.

Исследователи считают: «Признание, что дети на самом деле пытались их убить, вызывает у родителей огромное беспокойство и депрессию».

Когда их спросили, кого бы они хотели видеть во главе идеальной семьи, совсем немногие ответили, что матери или отцы должны диктовать правила, и лишь некоторые сказали, что это нужно делать сообща.

Если агрессивные дети, проходящие лечение в клинике насилия, хотели прекратить терапию или бросить школу, родители часто отвечали: «Поступай как хочешь».

Доктор Харбин утверждает, что в идеале оба родителя должны твердо управлять семейной жизнью, но в любом случае «...кто-то из них должен за это отвечать»^[47].

В: Разве наша цель – не воспитывать в детях самодисциплину и самостоятельность? Если да, то как внешняя дисциплина, внедряемая родителями, становится внутренним контролем?

О: Многие авторитетные специалисты предлагают родителям пассивно относиться к детям по причине, изложенной в вашем вопросе: они хотят, чтобы дети воспитывали в себе дисциплину сами. Но как дети, которым не хватает зрелости, смогут выработать в себе самоконтроль, если они не познали опыта внешней дисциплины? Они вступают во взрослую жизнь, ни разу не решив неприятной задачи, не выполнив приказа, который им не понравился, или не подчинившись руководству старших. Можем ли мы ожидать, что такой человек в начале сознательного возраста проявит самодисциплину? Думаю, нет. Он даже не знает значения этого слова.

Я верю, что родители должны приобщать своих детей к дисциплине и самоконтролю любыми доступными и разумными средствами, включая внешнее воздействие. Когда от детей требуется ответственное поведение, они получают ценный опыт в управлении своими порывами и ресурсами. Из года в год ответственность постепенно перекладывается с родителей на детей. Со временем они начнут поступать так, как их научили, но по собственной инициативе.

Например, дети поддерживают относительный порядок в своей комнате, пока они маленькие. Где-то в середине подросткового возраста их самодисциплина обеспечивает мотивацию для

дальнейшего выполнения этой задачи. Если этого не случилось, родители должны закрыть дверь и позволить детям жить на свалке, раз это их выбор.

Короче говоря, дисциплина не приходит автоматически к тем, кто никогда не сталкивался с ней. Самоконтроль должен быть усвоен, и ему нужно научить.

Глава 8

Телесные наказания и ребенок-бунтарь

Давно он книг не читал

*На руке монтера Джунни стиснул зубы,
А потом зачем-то повара лягнул.
(Доктор Добсон знает: малец асоциален.
Вчера в его я книгу специально заглянул.)*

*Разбил часы и лампу,
Дерево сломал.
Про деструктивные тенденции
Рассказывали вам?*

*Просто так обидел маму,
Сам вопил полдня.
«Самоутверждался», –
Скажут вам «друзья».*

*Скинул боты и носки,
Выбежал под дождь.
Ни одним укором
Парня не проймешь.*

*В комнате у деда удочку нашел,
Леску всю порезал:
Дед ведь на рыбалку
Без него ушел.*

*Внука дед всегда любил,
Но мучиться устал,*

*Он тапком горе-пацана
Однажды «приласкал».*

*Судить же строго старика, увы, увы, не нам.
Ведь книг, подобных этой, он в жизни не читал*^[48].

Милый дедушка. Возможно, он немного старомоден в своем мировоззрении, но он точно знал, как справиться с сорванцом, – и большинство представителей его поколения тоже. Матери и отцы эпохи до 1923 года не стали бы мириться с дерзким поведением ребенка-бунтаря. Никто не позволил бы ему бросать вызов старшим или другим членам семьи. Детям, которые попробовали бы наркотики или ранние сексуальные отношения, просто оторвали бы голову. К сожалению, в своем рвении заставить детей вести себя как положено викторианские родители были слишком жесткими, слишком суровыми и карающими. Многие из них угнетали беззащитных малышей, которые не делали ничего плохого, а просто шалили в силу своего ребячества.

Хотел бы я сказать, что в XIX столетии мы более просвещены и менее склонны вредить своим детям, чем наши предки, – но не могу. Воспитание – опасное предприятие для миллионов маленьких людей во всем мире, и порой они испытывают невыносимые страдания от рук тех, кто должен защищать и беречь их.

Ничто не беспокоит меня больше, чем жестокое обращение с детьми, а оно пугающе распространено сегодня. Вполне вероятно, что малыш, живущий в двух километрах или всего в двух домах от вас, подвергается физическому или эмоциональному насилию в той или иной форме. Оно встречается как в бедных, так и в богатых домах, хотя больше распространено в больших городах. Родители, зависимые от алкоголя и наркотиков, чаще всего причиняют детям боль или пренебрегают ими.

Когда я преподавал в медицинском колледже, я сталкивался с потоком мальчиков и девочек, которых доставляли в отделения неотложной помощи с ожогами, ушибами и переломами. Их еще незрелое сознание было искажено ужасными обстоятельствами их

жизни. Сегодня случаев жестокого обращения еще больше. Одна из распространенных травм – вывих плечевого или локтевого сустава. Она возникает, когда разъяренные родители резко дергают ребенка за руку.

У многих из этих мальчиков и девочек, которых избивают родственники, нет никого, кто позаботился бы о них или понял бы их. Нет людей, к которым они могут пойти, чтобы высказать свои желания и страхи. Им некуда убежать. Они не в состоянии объяснить, почему их ненавидят. И многие из них слишком малы, чтобы даже позвать на помощь.

Одна из таких трагедий произошла с шестилетней девочкой по имени Элиза Искьердо, тело которой было найдено в жилом комплексе Нижнего Манхэттена в 1995 году^[49]. Спасатели обнаружили глубокие красные пятна, похожие на рубцы или ожоги от сигарет, по всему ее телу, огромные синяки в районе почки, на лице и вокруг висков. Ее гениталии были сильно повреждены, а кость на правом мизинце пальца торчала из кожи. Майкл Браун, один из пожарных, пытавшихся реанимировать Элизу, сказал: «За двадцать два года моей службы... это самый страшный случай детского насилия, с которым я когда-либо сталкивался»^[50]. Мать Элизы, наркоманка, сидящая на крэке и кокаине, призналась, что заставляла маленькую девочку спать в собственной моче и фекалиях и била Элизу так сильно, что девочка летела головой в бетонную стену. Кроме того, она запускала змею дочери в горло, чтобы «изгнать» демонов, держала ее вверх ногами, используя вьющиеся волосы девочки в качестве швабры, а щеткой для волос наносила раны гениталиям беспомощного ребенка^[51].

В другом случае отец убил своего трехлетнего сына, чтобы вернуть бывшую подружку. Мужчина обвязал мусорный пакет вокруг головы мальчика и заклеил ему рот скотчем. Отец сказал, что ребенок еще плакал, когда он его оставил, но он все равно уехал^[52].

Чувства теплоты и близости вызывают привыкание.

Конечно, это крайние случаи физического насилия, и они ужасают нас всех. Но эмоциональное пренебрежение также может оставлять глубокие шрамы в душе ребенка и вызывать физические симптомы, иногда спустя десятилетия. В 1997 году исследователи Гарвардского

университета доктор Линда Руссек и Гари Шварц опубликовали результаты своей работы, где доказывалось, что дети, испытывавшие недостаток родительского тепла и близости в раннем возрасте, впоследствии столкнулись с проблемами здоровья^[53]. Исследование, которое продолжалось сорок лет, показало, что 91 % юношей – студентов колледжа, у которых не было близких отношений с матерью, имели высокий риск развития ишемической болезни сердца, язвы двенадцатиперстной кишки, гипертонии или алкоголизма^[54]. И, напротив, тем же исследованием установлено, что только 45 % из опрошенных, имевших доверительные отношения с матерями, страдали от одного из перечисленных заболеваний^[55]. Руссек и Шварц нашли аналогичную связь между отсутствием близости с отцом и возникшими впоследствии проблемами со здоровьем. Они сделали следующий вывод:

Оказывается, чувства теплоты и близости вызывают привыкание... Поскольку родители обычно служат главным источником социальной поддержки в раннем возрасте, ощущение их любви и заботы может иметь важные биологические и психологические последствия для здоровья на протяжении всей жизни^[56].

Другие исследования также показали связь между стрессом и физическими проблемами. Например, в отчете исследования, опубликованном в материалах «Архивы заболеваний в детстве» / *Archives of Disease in Childhood*, сообщается о связи стресса и замедленного роста детей^[57]. Ученые обнаружили, что «в общей сложности 31,1 % детей, сталкивающихся с семейными конфликтами, были невысокого роста по сравнению с 20,2 % тех, кто не знал скандалов»^[58]. Они выдвинули гипотезу, что «стресс уменьшает секрецию гормонов роста и увеличивает секрецию гормонов стресса (глюкокортикоидов), которые в будущем могут повредить гипоталамус» и отразиться на познавательных процессах и функциях памяти^[59].

Эти и другие исследования убедительно доказывают, что основы, заложенные в детстве, могут влиять на человека всю взрослую жизнь.

Учитывая рост физического и эмоционального насилия над детьми, мне меньше всего хочется давать логическое обоснование или оправдание всему, что может навредить им. Повторяю: я не сторонник жесткой, гнетущей и унижительной дисциплины, даже когда она преследует благие цели. Такое пагубное воспитание противоречит всему, во что я верю и за что выступаю. Рискую показаться эгоистичным, скажу, что среди почестей и наград, полученных мною за эти годы, больше всего я ценю бронзовую статуэтку с маленькими мальчиком и девочкой. Рука одного из детей как будто тянется к любящей руке взрослого человека. Надпись на основании статуэтки сделана организацией, которая занимается профилактикой жестокого обращения с детьми. В тот год они присвоили мне звание «Друг детей».

Почему же я рекомендую телесные наказания в качестве инструмента управления? Это очень хороший вопрос, особенно с учетом многих статей, появляющихся в СМИ в наше время и громко осуждающих их применение. Убежденность общественности в абсолютном вреде телесных наказаний стало целой кампанией в определенных либеральных СМИ. Я считаю их усилия крайне ошибочными.

Рекомендации, которые я предлагаю в этой книге, призваны не только помочь мамам и папам правильно воспитывать своих детей. Я также стремлюсь защитить детей от опасности.

Я согласен, что телесные наказания могут быть вредными при неправильном применении. Можно – и очень легко – сделать ребенка агрессивным, когда он наблюдает жестокость в семье. Если его регулярно избивают родители или он становится свидетелем рукоприкладства разгневанных взрослых, он быстро усвоит правила игры. Таким образом, телесные наказания, когда они не применяются в соответствии с тщательно продуманными принципами, действительно могут стать опасными. Родителям не дано право бить и запугивать ребенка только потому, что у папы был трудный день или мама в плохом настроении. Но благонамеренные специалисты отвергают телесные наказания вообще.

Только потому, что полезная техника может быть использована неправильно, нет причин отказываться от нее полностью. Многие дети нуждаются в такой реакции на их неповиновение. В ситуациях, когда ребенок хорошо понимает, что его просят делать или не делать, но отказывается подчиняться взрослым, приемлемая порка – самый короткий и эффективный путь к урегулированию отношений. Когда он опускает голову, сжимает кулаки и дает понять, что собирается идти напролом, правосудие должно говорить быстро и красноречиво. Такой ответ родителей не создает агрессии у детей, но помогает им контролировать свои порывы и жить в гармонии с различными формами доброжелательной власти в течение всей жизни.

Есть еще одна причина, по которой я считаю, что правильное применение телесных наказаний – в интересах детей. Как мы все знаем, мальчики и девочки с характером могут ужасно раздражать родителей. Большинство из них давно разобрались, на какие правильные (или неправильные) кнопки жать, чтобы довести мать и отца до белого каления. Один отец рассказывал: ничто его, взрослого человека, не злит так, как неизменное, изо дня в день, бунтарское поведение десятилетнего сына. Вот почему я убежден, что решительный и упрямый ребенок в руках незрелого или эмоционально неустойчивого родителя – путь к катастрофе. Вероятность физического вреда для этого мальчика велика, и она становится еще больше, когда родители не в состоянии управлять сложным поведением, прежде чем оно выйдет из-под контроля.

Когда сторонники снисходительности в воспитании убеждают мам и пап, что те должны и могут управлять детьми с помощью бесед и увещаний во время конфронтации «лицом к лицу», родители все больше отчаиваются, по мере того как усиливается неподобающее поведение. В конце концов многие из них взрываются, после чего может случиться все что угодно. Я убежден, что насилие над ребенком так или иначе происходит по этому сценарию. Насколько было бы лучше для всех и безопасней для ребенка, если бы родители смогли утихомирить бунтаря умеренной взбучкой (или даже своевременным шлепком), а не дожидаться, когда обе стороны выйдут из-под контроля. Еще выгоднее для сообразительного ребенка-бунтаря понимать, что порка – это опция, позволяющая ему отступить, пока он не зашел слишком далеко. Лишив родителей такой возможности,

благонамеренные консультанты и психологи открыли дерзким детям путь к созданию домашней катастрофы.

Поэтому рекомендации, которые я предлагаю в этой книге, призваны не только помочь мамам и папам правильно воспитывать своих детей. Я также стремлюсь защитить детей от опасности. Твердая дисциплина в сочетании с любовью помогает обеспечить эту защиту.

Вот пример правильного применения телесных наказаний с желаемым результатом. О нем рассказал мне один отец, дипломированный бухгалтер Уильям Джарнагин, в своем письме. Оно служит красноречивым свидетельством правильного подхода к отношениям родителя и ребенка.

Уважаемый доктор Добсон!

Это письмо благодарности за то, что вы делаете для укрепления американской семьи. Мы с женой недавно прочитали четыре ваши книги и извлекли из них очень много полезного.

Позвольте мне поделиться недавним опытом, который мы приобрели с нашим шестилетним сыном Дэвидом. В прошлую пятницу вечером моя жена Бекки попросила его поднять апельсиновые корки, которые он оставил на ковре, зная, что это запрещено делать. Он не отреагировал, за что получил шлепок по попе и закатил жуткую истерику.

Так как я наблюдал за этим эпизодом, я взял валик и применил его по назначению, потом проследил, чтобы Дэвид поднял и выбросил корки, и отправил его в кровать, потому что ему давно было пора спать. Через несколько минут, когда эмоции сына несколько поутихли, я зашел в его комнату и объяснил, что Бог наставлял всех родителей, которые действительно любят своих детей, правильно воспитывать их и т. д. и что мы любим его и поэтому не допустим такого вызывающего поведения.

На следующее утро, когда я ушел на работу, Дэвид вручил маме следующее письмо вместе с десятью одноцентовыми монетками, сложенными в маленькую стопочку:

От Дэвида и Деборы
маме и папе.

Проезд Росс, дом 3

Селлмер, Теннесси
39718

Дорогие мамочка и папочка
здесь 10 центов за то,
стобы вы меня слепали,
когда я этого на самом деле
заслуживаю. Это от Деборы тоже.
Я люблю вас.
Любясий вас сын Дэвид и
васа доча Дебора.

*Дебора – наша годовалая дочь, чье удочерение будет
завершено примерно в июне.*

*Продолжайте свою прекрасную работу, и пусть Бог
благословит Вас.*

С уважением, Уильям Х. Джарнагир.

Мистер Уильям Джарнагир понимает, как правильно реагировать на неповиновение. Его подход не суров, не оскорбителен, не опасен. Скорее он тверд, но в нем уживаются дисциплина и любовь, которые служат высшим интересам ребенка. Как повезло мальчику и девочке, чьи родители все еще понимают эту вечную концепцию!

Если вы читали мои предыдущие книги с советами по воспитанию детей, включая «Не бойтесь наказывать – 2» / *The New Dare to Discipline*, вы, возможно в курсе, что я часто обращался к теме телесных наказаний^[60]. Вместо того чтобы повторять эти рекомендации и разъяснения, я хотел бы остановиться на одной исчерпывающей статье, написанной двумя известными врачами – доктором Дэном А. Трамбуллом и доктором С. Дюбоз Райвенелом. Она была предназначена для медиков и опубликована в журнале *Physician magazine*^[61]. Приводимый ниже информационный обзор резюмирует исследования и раскрывает точку зрения авторов на восемь часто звучащих аргументов против телесных наказаний.

ШЛЕПАТЬ ИЛИ НЕ ШЛЕПАТЬ

Взгляд на извечный вопрос, который озадачивает многих врачей

**ДЭН А. ТРАМБУЛЛ (ДОКТОР МЕДИЦИНЫ)
И С. ДЮБОЗ РАЙВЕНЕЛ (ДОКТОР МЕДИЦИНЫ)**

Врачи первичной медико-санитарной помощи консультируют родителей по многим вопросам воспитания детей. В списке самых сложных – вопрос о телесных наказаниях. Несмотря на годы традиционного принятия этого вида наказания, профессиональные общества, включая Американскую академию педиатрии (ААП), не раз утверждали, что порка приносит детям вред. Однако совсем недавно ААП выпустила специальный отчет, в котором выдвигается противоположное мнение. В приложении к октябрьскому номеру *Pediatrics* за 1996 год доктора Стэнфорд Фридман и Кеннет Шонберг из медицинского колледжа Альберта Эйнштейна, организаторы конференций, спонсируемых ААП, обобщили выводы прошлогодней конференции, посвященной обзору исследований по вопросу физических наказаний. «При условии относительно «здоровой» семейной жизни в благоприятной среде порка сама по себе не наносит вреда ребенку и не становится причиной более поздних проблем», – сообщают они.

Результаты ААП признают то, во что многие врачи верили долгие годы, а Джон Лайонс из медицинского колледжа Северо-Западного университета сделал вывод: исследования демонстрируют полезные последствия порки. Однако в последние пятнадцать лет в элитарных кругах общества растет оппозиция, не признающая пользу родительских шлепков. Нет сомнения в том, что в большой мере это мнение проистекает из искренней заботы о благополучии детей. Жестокое обращение с детьми – это реальность, и истории о нем ужасны. Но если дисциплина любви не сурова, она также не должна быть слабой и неэффективной. Когда порка попадает в рамки дисциплины любви, не нужно навешивать на нее ярлык насилия.

Вероятно, так думают большинство американцев. Согласно недавнему опросу, сделанному по заказу Совета по Семейным

исследованиям, 76 % из более чем 1000 американцев сказали, что порка была эффективной дисциплинарной формой в их детстве. Эти результаты еще более впечатляющи благодаря тому факту, что почти половина опрошенных, выразивших противоположное мнение, выросли в домах, где детей никогда не шлепали. В целом четверо из пяти американцев, которых в детстве шлепали родители, говорят, что это была полезная мера.

Некоторые критики утверждают: шлепки обижают ребенка и показывают, что родители не справляются со своими обязанностями. Эти заявления вытекают из исследований, которые не делают различия между своевременными шлепками и более жестокими формами наказания. Оскорбительные формы физического наказания, такие как удары ногами, пинки и избивание, объединяются с легкими шлепками. Кроме того, такие исследования обычно распространяются и на подростков, вместо того чтобы сосредоточиться на дошкольниках, для которых шлепки более уместны и эффективны. Размывание различий между шлепками и физическим насилием, а также между детьми разного возраста создает иллюзию данных, доказывающих неправомерность любой дисциплинарной порки.

Убеждение «шлепать – значит учить избивать» обрело популярность в последнее десятилетие, но оно не подтверждается объективными данными.

Есть несколько аргументов, обычно выдвигаемых против шлепков. По иронии судьбы, большинство из них можно использовать против всех прочих дисциплинарных методов. Любая форма дисциплины (тайм-аут, ограничение и т. д.), используемая ненадлежащим образом и в гневе, может исказить представление ребенка о справедливости и нанести вред его эмоциональному развитию. Давайте рассмотрим некоторые из этих необоснованных аргументов.

АРГУМЕНТ 1: Многие психологические исследования показывают, что шлепки – неподходящая форма дисциплины.

КОНТРАРГУМЕНТ: В 1993 году ученые из Национального института медицинских исследований Джон Лайонс, Рейчел Андерсон и Дэвид Ларсон проводили систематический обзор научной

литературы о телесных наказаниях. Они обнаружили, что 83 % из 132 статей по этой теме, опубликованных в клинических и психосоциальных журналах, оказались редакционными материалами, отзывами или комментариями, лишенными новых эмпирических выводов. Кроме того, большинство эмпирических исследований были методологически ошибочными, так как объединяли жестокое обращение с поркой. Более добросовестные исследования показали, что в определенных ситуациях последствия порки полезны, а не вредны. Основываясь на этом, в октябре 1996 года в приложении к *Pediatrics* доктор Роберт Е. Ларзельер опубликовал исчерпывающий обзор литературы о телесных наказаниях. Он также указал на недостаточность данных для того, чтобы осуждать применение шлепков родителями.

АРГУМЕНТ 2: Физическое наказание устанавливает моральную правомочность избиения человека за его проступок.

КОНТРАРГУМЕНТ: Убеждение «шлепать – значит учить избивать» обрело популярность в последнее десятилетие, но оно не подтверждается объективными данными. Необходимо отличать жестокое избиение от воспитательной порки. Способность ребенка видеть это различие во многом зависит от отношения родителя. В медицинской литературе не существует доказательств, что мягкий шлепок по ягодицам непослушного ребенка любящими мамой или папой учит ребенка агрессивному поведению.

Проблема в том, как используется порка (или, по сути, любое наказание), и более того, используется ли она вообще. Физическое насилие от рук сердитого, не контролирующего себя родителя надолго оставляет эмоциональные раны. Однако сбалансированное, разумное применение дисциплинарных шлепков служит сдерживающим фактором агрессивного поведения у некоторых детей. Сотрудники Центра семейных исследований при Университете штата Айова изучили 332 семьи. Их интересовало, каковы последствия телесных наказаний и степень влияния родителей на агрессивность, склонность к преступности и психологическое благополучие подростков. Ученые обнаружили тесную связь между качеством воспитания и каждым из этих трех проявлений, но отсутствие их связи с телесными наказаниями.

Согласно исследованию Дэна Олвеуса, о котором писали в «Возрастной психологии» в 1980 году, детская агрессивность, на самом деле более тесно связана с вседозволенностью и негативной критикой, чем с физическими наказаниями.

Наивно предполагать, что ребенок никогда не ударит другого, если родители исключат порку из своих дисциплинарных методов. Большинство малышей (задолго до того, как их начинают шлепать) инстинктивно пытаются ударить кого-то в момент возникновения конфликта или неудовлетворенности. Развитие такого поведения во многом определяется тем, как реагирует родитель или опекун. Если воспитательный метод выбран правильно, то нападения становятся реже. Если «детские разборки» игнорируются или неэффективно наказываются, то агрессия, скорее всего, сохранится и даже усилится. Таким образом, вместо потакания насилию шлепки могут оказаться полезным компонентом эффективного отучения ребенка от агрессивного поведения.

АРГУМЕНТ 3: Поскольку родители часто воздерживаются от ударов, пока их гнев или недовольство не достигают высшей точки, ребенок делает вывод, что гнев и недовольство оправдывают применение силы.

КОНТРАРГУМЕНТ: Исследование 1995 года, опубликованное в *Pediatrics*, показывает, что родители шлепают детей не импульсивно, а целенаправленно и с верой в эффективность такого наказания. Кроме того, исследование выявило, что нет прямой взаимосвязи между частотой шлепков и гневом родителя. Те матери, которые осознанно прибегали к шлепкам как к дисциплинарной мере, не злились на детей.

Несомненно, реактивное, импульсивное избиение с потерей самообладания – неправильный способ. Однако устранение всех физических наказаний в семье не поможет избежать таких сцен, а скорее даже усугубит проблему.

Когда эффективная порка вычеркивается из дисциплинарного репертуара родителя, ему остается плакать, умолять, унижаться или кричать, если при этом другие дисциплинарные меры, такие как тайм-аут и логические последствия, не приносят результата. Напротив, когда правильная порка используется совместно с другими мерами, можно добиться лучшего контроля над особенно дерзким ребенком,

а моментов раздражения, скорее всего, не будет.

АРГУМЕНТ 4: Физическое наказание вредно для ребенка.

КОНТРАРГУМЕНТ: Любые дисциплинарные меры – физические, словесные или эмоциональные – могут навредить ребенку, если доводить дело до крайности. Чрезмерное нагнетание обстановки и родительская ругань вредят эмоционально. Чрезмерные изоляции (тайм-ауты) на долгое время унижают ребенка и снижают эффективность меры.

Да, чрезмерное или избирательное физическое наказание вредно и оскорбительно. Но правильное применение шлепков, когда непослушный ребенок уже предупрежден о наказании, совершенно безвредно, если оно осуществляется контролируемым образом и любящим родителем.

Без продуманного применения шлепков родитель рискует стать непоследовательным. Непоследовательное воспитание путает детей, наносит им вред и разрушает отношения в семье. Нет достаточных доказательств, что правильные дисциплинарные шлепки вредны для детей.

ДИСЦИПЛИНА – воспитание, которое исправляет, формирует или совершенствует нравственный характер.

Дисциплина (независимо от метода) эффективна только тогда, когда она включает:

- истину, рожденную в любви;
- признание вины виновной стороной;
- прощение родителем, ответственным за наказание;
- разрешение исходной проблемы;
- гарантию неизменной любви.

АРГУМЕНТ 5: Шлепки учат ребенка, что «сила правит», сила – вот что самое главное, и тот, кто сильнее, командует слабым.

КОНТРАРГУМЕНТ: Родительская власть обычно распространяется на весь процесс воспитания ребенка. Шлепки или порка – только один из примеров. Вот другие ситуации, где требуются сила и сдержанность родителя:

- маленький ребенок, упрямо убегающий от родителя в многолюдном торговом центре или на автостоянке;
- малыш, отказывающийся сидеть в детском кресле в машине;
- малыш, отказывающийся смиренно сидеть во время вакцинации или обработки раны.

Время от времени власть и контроль необходимы для обеспечения безопасности, здоровья и правильного поведения ребенка. Когда власть проявляется с любовью и на благо ребенка, он не воспринимает ее как издевательство или унижение.

АРГУМЕНТ 6: Шлепанье – неэффективная мера при плохом поведении.

КОНТРАРГУМЕНТ: Хотя специфическая польза уместной порки мало изучалась, все же существуют доказательства ее недолговременной и долговременной эффективности. Использование негативных последствий (включая шлепанье) в сочетании с объяснением уменьшает рецидивы плохого поведения у детей дошкольного возраста.

При клинических исследованиях практического применения порки наблюдалось снижение частоты нарушений с последующим таймаутом. Шлепанье как подкрепление тайм-аута служит компонентом нескольких хорошо исследованных программ обучения родителей и популярных статей для них.

Доктор Диана Баумринд из Института Развития человека при Калифорнийском университете провела десятилетнее исследование семей с детьми от трех до девяти лет. Баумринд обнаружила, что родители, которые сбалансированно подходили к применению жесткого контроля (включая порку) и положительного поощрения, получили самый благоприятный результат. Родители, прибегающие к крайним подходам в дисциплине (чрезмерное наказание со слабым поощрением и вседозволенность с исключением порки), были менее успешны.

Данные этого исследования «не указывали, что негативное подкрепление или телесные наказания сами по себе являются вредными или неэффективными мерами; скорее влияние этих мер на ребенка определялось общими параметрами родительского контроля».

Сбалансированное, авторитетное воспитание с периодическим применением порки одобряется некоторыми детскими экспертами. Шлепки руками любящих родителей по ягодицам дерзкого малыша в соответствующих условиях – мощный мотиватор правильного поведения и эффективное средство для сдерживания неповиновения.

АРГУМЕНТ 7: Порка вынуждает родителя использовать вредные формы телесных наказаний, способствующих физическому насилию над детьми.

КОНТРАРГУМЕНТ: Когда любящие родители уместно применяют дисциплинарную порку, насильственный потенциал оказывается очень низким. Так как родители привязаны к своим детям, они скорее склонны использовать порку слишком редко, чем слишком часто. Как эмпирические данные, так и профессиональное мнение выступают против любой причинно-следственной связи между поркой и жестоким обращением с детьми.

Опросы показывают, что 70–90 % родителей дошкольников прибегают к шлепанью, а частота физического насилия над детьми в Америке составляет менее 5 %. По статистике, эти две области очень далеки друг от друга. Кроме того, по данным Национального комитета по предупреждению жестокого обращения с детьми, в прошлом десятилетии наблюдался постоянный рост жестокого обращения с детьми, хотя одобрение порки неуклонно снижалось.

Когда власть проявляется с любовью и на благо ребенка, он не воспринимает ее как издевательство или унижение.

Обучение родителей приему порки на самом деле может снизить уровень насилия по отношению к ребенку. Такое мнение выразил доктор Роберт Лазерьер в своей обзорной статье о телесных наказаниях, опубликованной в 1994 году в журнале «Обсуждаем жизнь детей» / *Debating Children's Lives*. Согласно исследованиям, родители, которые слабо понимают, как контролировать поведение детей, или те, кто применяет щадящий подход (отказывается от применения порки), бывают более подвержены всплескам агрессии против ребенка.

Жестокое обращение родителей с детьми – это интерактивный процесс, в котором задействованы родительские способности,

родительский и детский темпераменты и ситуативные требования. Родители, прибегающие к насилию, более подавлены и импульсивны, они считают наказание доминирующим средством дисциплины. Дети, которые подвергаются жестокому обращению, более агрессивны и менее уступчивы, чем дети из семей без насилия. В семьях, где жестоко обращаются с детьми, меньше взаимодействия, а мать ведет себя скорее негативно, чем позитивно. Этиология насильственного воспитания многофакторна, и ее нельзя объяснить простым применением родительской порки или отказом от нее.

Отвечая противникам порки в 1995 году в издании «*Pediatrics*», доктора педиатрического отделения Университета Джона Хопкинса Лоуренс С. Виссоу и Дебра Ротер признают, что окончательная связь между поркой и жестоким обращением с детьми еще не установлена.

Наконец, шведский эксперимент по сокращению жестокого обращения с детьми путем запрещения порки, кажется, терпит провал. В 1980 году, через год после принятия этого запрета, количество избиений детей выросло в два раза по сравнению с США. В соответствии с докладом Правительственного статистического управления Швеции в 1995 году, количество полицейских отчетов о жестоком обращении с детьми со стороны членов семьи выросло в четыре раза с 1984 по 1994 год, а случаев подросткового насилия стало больше почти в шесть раз.

Большинство специалистов соглашаются с тем, что порка и жестокое обращение с детьми – не одно и то же; это совершенно разные явления. В воспитании детей результат дисциплинарных усилий определяется скорее не методом как таковым, а тем, кто и как его применяет. Ясно, что шлепанье маленьких детей может быть абсолютно безопасным и приносить отличный результат. Правильное использование шлепков заметно снижает риск насилия над детьми.

АРГУМЕНТ 8: Порка никогда не нужна.

КОНТРАРГУМЕНТ: Все дети нуждаются в сочетании поощрения и коррекции. Чтобы коррекция сдерживала непослушное поведение, ее последствия должны перевешивать удовольствие от непослушания. Для очень послушных детей хватит и легких форм коррекции, а порка может никогда не понадобиться. Для детей дерзких, которые отказываются подчиняться и их невозможно убедить более мягкими

последствиями, порка оказывается полезной, эффективной и уместной.

Заключение

Дисциплинарная порка должна оцениваться с точки зрения фактической, объективной перспективы. Ее необходимо отличать от оскорбительных, вредных форм телесных наказаний. Своевременная дисциплинарная порка может сыграть важную роль в развитии ребенка, и в перспективных исследованиях ее определяют как часть воспитания, связанного с лучшими результатами. Не существует убедительных доказательств того, что мягкая порка вредна. Она оправдана историей, исследованиями и большинством врачей первичного ухода^[62].

Большое спасибо докторам Трамбуллу и Равенел за разрешение перепечатать эту просветительскую статью. Оба они сертифицированные педиатры частной практики и члены секции педиатрии по вопросам развития и поведения при Американской академии педиатрии.

В заключение я поделюсь советами из «Руководства для родителей», также написанным доктором Трамбуллом. Он предлагает девять принципов использования дисциплинарной порки.

РУКОВОДСТВО ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Рекомендации по применению дисциплинарной порки

Если ваш ребенок неуправляем и вы оказались в тупике, сделайте перерыв и обдумайте эти рекомендации, прежде чем отшлепать его.

1. Порка должна применяться выборочно при ярко выраженном вызывающем поведении; особенно когда ребенок постоянно сопротивляется наставлениям родителей. При этом он должен получать как минимум столько же поощрения и похвал за хорошее поведение, сколько выговоров и укоров за непослушание.

2. Сначала следует применять мягкие формы наказания, такие как вербальная коррекция, тайм-аут и логические следствия. Шлепать

ребенка нужно, если он продолжает не слушаться.

3. Только родитель (или, в исключительных ситуациях, человек, близкий к ребенку и имеющий право применять к нему власть) может прибегать к этой мере наказания.

4. Не делайте это импульсивно или теряя контроля над собой. Наказание применяется ради воспитания и исправления поведения, а не из мести.

5. Порка неуместна до пятнадцати месяцев и чаще всего не обязательна до полугода. Обычно она становится менее необходимой после шести лет и редкой или вообще ненужной после десяти.

6. После десяти месяцев может потребоваться один шлепок по руке маленького упрянца, чтобы прекратить серьезное неповиновение, когда нет возможности отвлечь ребенка. Это особенно актуально, если запрещенный объект опасен, например горячая дверца духовки или электрическая розетка.

7. Порка всегда должна быть запланированным действием, а не спонтанной реакцией, и родителю нужно следовать установленной процедуре.

- Ребенок предупреждается о порке за определенный проступок.
- Наказание осуществляется без свидетелей (в спальне или в туалете), чтобы избежать публичного унижения или смущения.
- Шлепните ребенка раз или два по ягодицам. Потом обнимите его и спокойно обсудите проступок и желаемое поведение, чтобы восстановить теплые отношения.

8. От шлепков должны оставаться только быстро исчезающие покраснения без телесных повреждений и ран.

9. Если правильно применяемое шлепанье неэффективно, нужно рассмотреть другие дисциплинарные меры или обратиться за профессиональной помощью. Родитель не должен увеличивать интенсивность порки^[63].

ВОПРОСЫ И ОТВЕТЫ

В: Мне приходится бороться с моей девятилетней дочерью, чтобы заставить ее делать *то*, что ей не нравится. Это так неприятно, что мне хочется оставить эту борьбу. Зачем мне

заставлять ее помогать по дому? Что случится, если я просто отстану от нее и поплыву по течению?

О: Это типично для девятилетних детей – не хотеть работать, но все же они должны это делать. Если вы позволите безответственности победить в годы становления характера, девочка не подготовится к взрослой жизни. Она привыкнет не делать ничего неприятного, потому что от нее этого не требовали, и думать только о себе. Ей будет трудно принимать решения или контролировать свои желания. Через несколько лет она вступит в подростковый возраст, а затем – во взрослую жизнь совершенно не подготовленной к свободе и обязательствам, которые ее ждут.

Я изложил худший вариант, но у вас еще есть время и возможность помочь ей встать на верный путь. Я надеюсь, что ваше стремление к гармонии не заставит вас делать то, что повредит вашей дочери в будущем.

В: Мы удочерили девочку, когда ей было четыре года. С ней трудно справляться, и она часто ведет себя, как ей хочется. Нам не очень удобно заставлять ее подчиняться, и, честно говоря, мы не уверены, что имеем на это право. Она уже многое вынесла за свою короткую жизнь. К тому же мы ей не настоящие родители. Как вы думаете, с ней будет все в порядке, если мы просто дадим ей много любви и внимания?

О: Боюсь, что вы сами усложняете дальнейшую жизнь ребенка и свою собственную. Ошибка в том, что вы видите себя неким суррогатом настоящих родителей, не имеющим право руководить ею. Но раз вы законно удочерили девочку, вы и *есть* ее «настоящие» родители, а ваша неспособность принять эту роль создает условия для вызывающего поведения, о котором вы пишете. Это типичный просчет приемных родителей, усыновивших ребенка старше младенческого возраста. Им очень жаль своих малышек, поэтому они не могут им противостоять. Они думают, что жизнь и так обошлась слишком жестоко с этими детьми и им не стоит еще больше ее усложнять дисциплиной и наказаниями. В результате они потакают ребенку, который настойчивым криком требует руководства с их стороны.

Наказание применяется ради воспитания и исправления поведения, а не из мести.

Неродные дети так же нуждаются в дисциплине и руководстве, как дети, живущие с биологическими родителями. Самый верный способ заставить их почувствовать себя незащищенными – это вести себя с ними как с непохожими на вас, необычными, хрупкими существами. Если родители смотрят на них как на несчастных беспризорников, то они сами будут видеть себя такими.

Родители больных детей и детей-инвалидов совершают ту же ошибку. Им труднее выдвигать требования к дисциплине из-за жалости к ребенку. Таким образом, мальчик или девочка со слабым здоровьем или неизлечимой болезнью рискуют превратиться в маленьких диктаторов только потому, что обычные поведенческие границы для них не определены и не защищены. Важно помнить, что детская потребность быть ведомым и управляемым универсальна и она не ослабевает под воздействием других проблем и осложнений. В некоторых случаях желание границ даже усиливается на фоне дополнительных трудностей, ведь только через любящий контроль родители в состоянии обеспечить безопасность и воспитать в ребенке чувство личной ценности.

Возвращаясь к вашему вопросу, я бы посоветовал любить девочку без оглядки и придерживаться тех же стандартов поведения, как если бы она была вашей плотью и кровью. Помните, вы *и есть* ее родители!

В: Рядом с нами живет девочка, которой родители не причиняют физической боли, но мучают ее эмоционально. Вы не представляете, какие слова и обвинения доносятся из их дома! До сих пор службы защиты детей не вмешались, чтобы спасти маленькую девочку. Разве законно так оскорблять ребенка?

О: В большинстве стран запрещено эмоциональное унижение детей, но такое неправильное воспитание трудно выявить. К сожалению, не считается незаконным растить ребенка без любви, пока официально не задокументировано явное пренебрежение его интересами. На практике унижение ребенка не преследуется законом. Пренебрежительные формы воспитания могут оказаться даже более вредными, чем некоторые формы физического насилия, но их сложнее доказать и они

часто не относятся к компетенции государственных институтов. В таких трагических случаях, как с девочкой, проживающей рядом с вами, почти нет способа спасти ребенка. Тем не менее я бы сообщил об этих инцидентах в службы защиты детей в надежде на их вмешательство.

В: Какой совет вы могли бы дать родителям, которые осознают в себе тенденцию к насилию против детей? Например, они боятся увлечься, когда шлепают непослушного ребенка. Вы не думаете, что им нужно избегать телесных наказаний как формы дисциплины?

О: Именно так я и думаю. Тот, кто когда-либо совершил неоправданное насилие над ребенком или почувствовал, что теряет контроль во время шлепанья, ни в коем случае не должен ставить себя в подобную ситуацию. Человек с буйным темпераментом, временами становящийся неуправляемым, или тот, кто втайне получает удовольствие от осуществления физических наказаний, не имеет права применять их. Кроме того, бабушки и дедушки («дедушка» из стишка в восьмой главе) не должны шлепать внуков, пока не получают на это разрешение от родителей.

В: Вы считаете, что нужно шлепать ребенка каждый раз, когда он не слушается или вызывающе ведет себя?

О: Конечно, нет. Телесные наказания следует применять сравнительно редко. Существуют разные другие виды воздействия: ребенок должен посидеть на стуле и обдумать свое плохое поведение или лишиться некой привилегии, или отправиться в свою комнату на тайм-аут. Его можно заставить выполнить какую-нибудь работу вместо запланированной им игры. Другими словами, вам следует по-разному реагировать на непослушание ребенка, всегда опережая его на шаг. Цель наказания – принести пользу ребенку и соответствовать его «преступлению». Здесь ничто не заменит мудрость и тактичность родителей.

В: По какой части тела положено шлепать ребенка?

О: По ягодицам, где невозможно причинить необратимых повреждений. Я не считаю, что следует бить ребенка по лицу или сильно дергать за руку. Если вы шлепаете ребенка по попе, то

маловероятно, что вы нанесете ему физическую травму.

В: Как долго можно позволять ребенку плакать после наказания или шлепанья? Существует ли предел?

О: Да, я считаю, что предел должен быть. Пока слезы – это высвобождение эмоций, можно позволить им литься. Но плач порой быстро превращается в выражение протеста с целью наказать «врага». Искренние слезы обычно длятся две минуты или меньше, реже – пять. После этого ребенок просто жалуется, что нетрудно распознать по тону его голоса. Я бы потребовал, чтобы он прекратил плакать в знак протеста, предложив ему отвлечься. У детей младшего возраста плач легко остановить, заинтересовав их чем-то другим.

В: Ведутся споры по поводу того, шлепать ли ребенка рукой или другим предметом, например ремнем или валиком. Что вы рекомендуете?

О: Я бы порекомендовал нейтральный предмет. Те, кто не согласен, могут поступать так, как считают правильным. Мне это не кажется принципиальным. Причина, по которой я предлагаю кнутик (маленькую гнущуюся веточку с дерева) или валик, объясняется тем, что рука должна дарить любовь – обнимать, прижимать, нежно похлопывать или ласкать. Если вы привыкли внезапно пускать в ход руки, ребенок не знает, когда его хотят шлепнуть, а когда обнять, и привыкает вздрагивать при любом вашем резком движении. Этого не случится, если вы не спешите с наказанием и берете нейтральный предмет.

Моя мама обычно пользовалась маленьким прутиком, который не причинял необратимых повреждений. Но он хлестал достаточно сильно, чтобы я понял, что от меня требуется. Однажды, когда я довел ее до предела, она отправила меня в сад, чтобы я сам срезал инструмент для наказания. Я вернулся с крошечной веточкой длиной в несколько сантиметров. Она могла меня только слегка потыкать ею. Мама больше никогда не давала мне такого глупого поручения.

В: Существует ли возраст, с которого можно начинать шлепать детей?

О: Нет оправдания для физического наказания детей моложе пятнадцати-восемнадцати месяцев. Резкое встряхивание ребенка может привести к травме мозга и даже смерти! Но в середине второго года (восемнадцать месяцев) мальчики и девочки уже в состоянии понять ваши слова о том, что они должны или не должны делать. В этом возрасте их можно аккуратно подвести к мысли об ответственности за свое поведение. Предположим, ребенок с характером тянется к электрической розетке или к чему-то еще, что способно навредить ему. Вы говорите: «Нет!» Он бросает на вас взгляд и продолжает тянуться. Вы видите злорадную улыбку у него на лице, как будто он думает: *«А я все равно это сделаю!»* Я советую вам говорить твердо, чтобы он знал, что переходит дозволенные границы. Если он не останавливается, шлепните его руке, чтобы он почувствовал. Небольшая боль в этом возрасте играет важную роль – она знакомит ребенка с реальностью физического мира и серьезностью запретов.

В течение последующих полутора лет постепенно утверждайтесь в роли доброжелательного босса: делайте то, что говорите, и говорите то, что намереваетесь сделать. Возможно, вы читали в популярной литературе прямо противоположное, и все же твердый, но любящий подход в воспитании не повредит малышу и не сделает его жестоким. Наоборот, он, скорее всего, вырастит здорового, уверенного в себе ребенка.

В: Я шлепала своих детей за непослушание, но, кажется, это не помогало. Этот подход работает не со всеми детьми?

О: Дети такие разные, что иногда трудно поверить, что они члены одной семьи. Некоторых можно испепелить одним суровым взглядом; для других нужны твердые, даже болезненные дисциплинарные меры. Различие определяется степенью необходимого ребенку одобрения и принятия со стороны взрослого. Основная родительская задача – видеть вещи так, как их воспринимает ребенок, тем самым подстраивая наказание под его уникальные потребности. Соответственно, уместно наказывать мальчика или девочку, когда они знают, что это заслужено.

Когда правила меняются каждый день и наказание за проступок непредсказуемо и непоследовательно, ребенок не понимает, что ему сделать и как исправиться.

Отвечая на ваш вопрос прямо, скажу, что дисциплинарные меры обычно не работают из-за фундаментальных ошибок в их применении. Возможно, вдвое более сильное наказание принесет лишь частичный результат. Я провел исследование ситуаций, при которых, по словам родителей, дети игнорировали наказание и продолжали плохо себя вести. На это есть четыре основные причины:

1. Самая распространенная ошибка – непредсказуемое наказание. Когда правила меняются каждый день и наказание за проступок непредсказуемо и непоследовательно, ребенок не понимает, что ему сделать и как исправиться. Невозможность предвидеть последствия толкает его на попытку выяснить, сможет ли он победить систему. В обществе преступное поведение также распространено среди тех, кто верит, что им не грозит правосудие.

2. Иногда у ребенка более сильная воля, чем у родителя, и оба понимают, что происходит борьба характеров. Если ребенок выдерживает давление и не уступает в открытом противостоянии, родители вынуждены исключить эту форму наказания из воспитательного репертуара. Продумывает ли он эту тактику? Обычно нет, но понимает ее интуитивно. Он чувствует, что порка не должна сработать. Он может даже сдерживать слезы и сказать: «Совсем не больно». Родитель в раздражении делает вывод: «Порка не помогает с моим ребенком».

3. Шлепки могут быть слишком легкими. Если ребенку не больно, у него нет причин избегать последствий непослушания в следующий раз. Шлепок рукой по попке, спрятанной под подгузниками, не станет сдерживающим фактором. Убедитесь, что ребенок получает необходимый сигнал, но будьте осторожны и не заходите слишком далеко.

4. Для некоторых детей шлепанье неэффективно. Ребенок с синдромом дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ), возможно, станет еще более диким и неуправляемым после физического наказания. Ребенок, подвергавшийся жестокому обращению, рискует принять наказание от любящего взрослого за

испытанное в прошлом насилии. Наконец, к очень чувствительному ребенку может понадобиться другой подход. Я еще раз подчеркиваю, что все дети разные. Единственный способ правильно их воспитывать – воспринимать каждого мальчика или девочку как личность и разрабатывать методы воспитания в соответствии с потребностями и характеристиками конкретного ребенка.

В: Как вы думаете, телесные наказания в конечном итоге будут объявлены вне закона?

О: Я не сомневаюсь, что будут предприняты усилия, чтобы положить им конец. Попытка запретить телесные наказания была сделана в Калифорнии в 1982 году, пока родители не потребовали от политиков отозвать закон^[64]. Трагедия жестокого обращения с детьми затруднила людям понимание разницы между насилием и конструктивными, позитивными формами наказания. Кроме того, в западном мире существует много «защитников прав детей», которые не успокоятся, пока не получат законное право указывать родителям, как воспитывать своих детей. В Швеции телесные наказания и другие формы дисциплины уже запрещены^[65]. Канадские суды заигрывали с тем же решением, но приняли иное решение^[66]. Американские СМИ убеждают общественность, что любая порка равносильна жестокому обращению с детьми и поэтому должна быть объявлена вне закона. Если телесное наказание запретят, то это будет черный день для семей и особенно для детей!

К сожалению, не считается незаконным растить ребенка без любви, пока официально не задокументировано явное пренебрежение его интересами.

Глава 9

Озлобленные братья и недовольные сестры

Если бы родителей попросили назвать самую неприятную сторону воспитания детей, убежден, что большинство не задумываясь выбрали бы соперничество братьев и сестер. Оно сводит с ума даже здравомыслящих и контролирующих себя взрослых. Дети не просто втихомолку злятся друг на друга. Они идут в бой, как маленькие воины, мобилизуя все силы и нащупывая слабые стороны в оборонительной линии противника. Они ссорятся, дерутся, пинаются, визжат, щипаются, ябедничают и пакостят. Я знал ребенка, который, сильно обидевшись на брата за то, что сам он простыл, а брат нет, тайком высморкался на мундштук его кларнета! Больше всего от этих войн страдают измотанные родители, которые должны каждую секунду прислушиваться к шуму битвы, а потом лечить раненых.

Соперничество между братьями и сестрами, конечно, не ново. Оно стало причиной первого в истории убийства (когда Каин убил Абея) и время от времени появляется в каждой семье с двумя и более детьми. В основе конфликта лежит старая как мир ревность и конкуренция между детьми. Отличная иллюстрация этой ситуации дана Уиллардом и Маргерит Бичер в их книге «Родители в бегах» / *Parents on the Run*. Они писали:

Когда-то считалось: если родители заранее и правильно объяснят своему ребенку, что у него будет братик или сестренка, он не обидится. Мол, родителям было так хорошо с ним, что они захотели стать еще счастливей. Предполагалось, что таким образом они устраняют ревнивую конкуренцию или соперничество. Но это не помогало. А должно ли было? Удивит ли нас, если муж расскажет жене, как он ее любит и поэтому планирует привести в дом вторую жену, чтобы «стать еще счастливее», а она все равно начнет ревновать? Здесь начнется борьба, причем такая же, как и у детей^[67].

Мы можем извлечь ценные уроки о братьях и сестрах и о том, как они взаимодействуют друг с другом, на примере элементарного физического принципа: более горячий предмет постепенно повышает температуру более холодного. Представили себе эту картинку? Ребенок с дерзким поведением изменяет ребенка с покладистым характером так, что и с ним становится труднее справляться. Особенно это касается случаев, когда ребенок с характером старше. Нередко родители замечают, как веселый послушный малыш перенимает агрессивное отношение или поведение старшего брата или сестры. В сущности, каждый член семьи попадает под влияние более трудного ребенка, обычно с переменами к худшему.

Есть еще один фактор, который может расстраивать и раздражать мам и пап. Дети-бунтари и послушные дети часто вызывают друг у друга глубокую взаимную неприязнь. Более жесткие дети не любят своих «милых» братьев и сестер, которые делают все правильно и их реже наказывают. С другой стороны, послушным детям надоедает видеть, как брат или сестра нападает на маму или папу и часто выходит победителем. От покладистых детей также ждут, чтобы те «терпели», потому что родителям надоела борьба с мятежным юнцом (и поражения тоже). Старая поговорка «скрипучее колесо получает смазку» применима и здесь. Дети-бунтари, как правило, чаще получают желаемое, просто потому, что не уступают.

Я описал этот интерактивный эффект в книге «Воспитание детей не для слабаков» именно потому, что он связан со здоровьем и благополучием уступчивого ребенка рядом с братом или сестрой с характером. Послушному ребенку «часто бывает трудно настоять на своем и не уступить брату или сестре, [и он] скорее смирит свой гнев или найдет способы перенаправить его»^[68].

Это представляет серьезную (но малозаметную) угрозу благополучию послушного ребенка. Меня больше всего волнует то, с какой легкостью его недооценивают, игнорируют и эксплуатируют дома. Разве вы не видели семьи с двумя детьми, где один – регулярно взрывающийся динамит, а другой – любимая всеми звезда? В таких обстоятельствах для родителей привычно принимать его сотрудничество как должное. Если необходимо сделать неприятную работу, то этого будут ждать от уступчивого ребенка. У мамы и папы просто нет сил бороться с тигром.

Если же нужно выбрать одного ребенка для интересной поездки или развлечения, то, скорее всего, туда возьмут более своевольного. Он бы орал истошным голосом, окажись это иначе. Когда обстоятельства требуют принести одного ребенка в жертву или где-то обойтись без него, вы догадываетесь, кто им станет. Родители, которые отдают предпочтение ребенку-бунтарю в этом случае, знают, что поступают несправедливо, но их чувство справедливости уступает практицизму. Они слишком истощены, чтобы вызывать раздражение у более жесткого ребенка.

Последствия такого неравенства очевидны. Даже если послушный ребенок следует программе и не жалуется, с годами он может накопить массу обид. Разве не это произошло с братом Блудного сына, как описано Иисусом в Писании от Луки 15: 11–32? Он был трудолюбивым, ответственным и послушным членом семьи. И нет сомнений, что его младший брат был безответственным, взбалмошным бунтарем. Если бы нам позволили немного фантазировать на тему Библии, вполне вероятно, между братьями сохранялось больше любви до импульсивного ухода Блудного сына.

Послушный старший обижался на избалованного братца, который получал все, о чем просил. Тем не менее старший брат держал свои мысли при себе. Он не хотел расстраивать отца, которого безгранично уважал. Затем наступил тот день, когда младший брат потребовал все свое наследство сразу. Смирный сын подслушал разговор и ахнул в шоке. «Какая наглость!» – подумал он. Потом, к своему изумлению, он услышал, как отец удовлетворил просьбу плейбоя. До него доносился звон золотых монет. Старший брат был в ярости. Мы можем только предположить, что означал для него уход младшего: выполнение работы за двоих в доме и в поле. Тем не менее он ничего не сказал. Уступчивые люди склонны держать свои чувства внутри, но они также способны копить огромные обиды.

Годы тянулись медленно, пока старший брат трудился, чтобы поддержать ферму. К тому времени отец постарел, переложив все заботы на плечи первенца. Каждый день тот работал от рассвета до заката под жарким солнцем. Иногда он думал о своем брате, живущем в далекой стране, и временами испытывал соблазн. Но нет! Он делал то, что полагалось правильным. Доставлять удовольствие отцу было самым важным в его жизни.

Потом, как мы помним, у дурачка-бунтаря закончились деньги и он стал сильно голодать. Он думал о пище, приготовленной матерью, и тепле отцовского очага. Он собрал свои обноски и отправился в долгий путь домой. Он был еще далеко от дома, когда отец поспешил ему навстречу, обнял сына и облачил его в царские одежды. Был забит откормленный теленок, планировался большой пир. Это стало последней каплей. Уступчивый брат больше не мог мириться. Блудный сын получил за свою глупость ту награду, которую старший не мог заслужить своим послушанием: одобрение и любовь отца. Его дух был ранен!

Дети-бунтари и послушные дети часто вызывают друг у друга глубокую взаимную неприязнь.

Верна ли моя интерпретация этой притчи? Оставим это на суд богословов. В одном я уверен: и бунтари, и послушные братья и сестры разыгрывают эту драму со времен Каина и Авеля, и ответственные брат или сестра часто чувствуют себя неудачниками. Они прячут свои чувства, а затем расплачиваются. Во взрослом возрасте они более восприимчивы к язвам, гипертензиям, колитам, мигреням и множеству других психосоматических болезней. Чувство собственного бессилия подавляет гнев, но он может проявиться в менее очевидных поисках контроля.

Совсем не обязательно и даже вредно позволять детям разрушать жизнь друг друга и делать несчастными окружающих их взрослых. Соперничество братьев и сестер трудно преодолеть, но его, конечно, можно лечить. Позвольте мне дать вам три совета, которые могут оказаться полезными, по крайней мере, для достижения вооруженного нейтралитета в доме.

1. Не разжигайте природную ревность детей

Соперничество между братьями и сестрами неизбежно, особенно между детьми-бунтарями, но мама и папа не должны допускать осложняющих его ситуаций. Очень опасно сравнивать детей друг с другом в пользу одного из них, так как они и без того всегда ищут конкурентное преимущество. Вопрос в сознании ребенка не в том, «как я это делаю?», а в том, «как я это делаю по сравнению с Майком

[или Блейком, или Сарой]?». Вопрос не в том, быстро ли ребенок умеет бегать, а кто первым пересекает финишную черту. Мальчику не важно, высокий ли он; его волнует, кто самый высокий. Дети постоянно сравнивают себя со своими сверстниками по любому поводу – от умения ездить на скейтборде до количества друзей. Они особенно чувствительны к любому своему промаху, о котором открыто говорят в их семье. Соответственно, родители, которые хотят мира в доме, должны остерегаться сравнительных комментариев, возвышающих одного ребенка над другим. Нарушить этот принцип – значит породить еще более острое соперничество.

Возможно, следующий эпизод поможет вам в этом разобраться. Когда мне было около десяти лет, я любил играть с парой собак, принадлежавших двум соседским семьям. Одна собака была помесью бульдога с мопсом, с очень плохим характером и низким собачьим IQ. Любимым трюком этого бульдога было бешено нестись за брошенным теннисным мячиком и приносить его назад. Другая собака, шотландский терьер по кличке Бейби, была милой и пассивной. Она вообще ничего не умела, только лаяла с утра до вечера. Однажды, когда я бросал мяч бульдогу, мне пришло в голову бросить его в сторону Бейби. Идея оказалась очень глупой. Мячик закатился под терьера, и недовольный бульдог сразу оказался рядом. Он вцепился в горло Бейби и повис на нем. Ужасная сцена. Соседи сбежались отовсюду, пока Бейби визжал от ужаса. Взрослым потребовалось десять минут и садовый шланг, чтобы оттащить бульдога. К тому времени Бейби был еле жив. Он провел две недели в ветеринарной клинике, а меня ненавидел весь город.

Я много думал об этом случае и пришел к выводу, что он применим к большинству человеческих взаимоотношений. Действительно, вызвать борьбу между людьми так же просто, как и между собаками. Все, что здесь нужно, – символически подбрасывать мяч одному из соперников, то и дело отступая и наблюдая за дракой. Это могут быть повторения негативных замечаний одного о другом или травля первого в присутствии второго. В бизнесе такое достигается, когда одну зону ответственности поручают двум управляющим. Они разорвут друг друга на части там, где их обязанности пересекаются. Увы, такое происходит каждый день.

Этот принцип особенно применим к братьям и сестрам. Их чрезвычайно легко превратить в смертельных врагов. Все, что должен делать родитель, – бросать мяч в неверном направлении. Природные антагонизм и ревность детей довершат остальное.

Дети и подростки особенно озабочены вопросом внешней привлекательности и параметрами своей фигуры. Эта тема становится особенно огнеопасной, если отдавать приоритет одному ребенку перед другим. Допустим, Рейчел услышала случайное замечание о сестре: «Бекки наверняка вырастет очаровательной девушкой». Сам факт, что Рейчел вообще не упомянули, скорее всего, уже сделает двух девочек соперницами. Если же существует заметная разница в их внешности, то будьте уверены, что Рейчел пришла к выводу: «Да, я уродина». Когда впоследствии ее страхи подтвердятся сверстниками, появятся обида и ревность.

Красота – самый весомый фактор в самооценке детей и подростков. Все, что родители произносят на эту тему в пределах слышимости детей, должно тщательно отслеживаться. Ваши слова имеют силу, способную заставить братьев и сестер возненавидеть друг друга.

Интеллект – еще одна «красная кнопка». Мы нередко слышим, как родители говорят при детях: «Я думаю, что Элисса и вправду умнее Марка». Бац! Вот начало еще одной битвы. Взрослым иногда трудно понять, насколько крепко такое сравнение застрекает в сознании ребенка. Даже когда комментарии случайны и брошены вскользь, они дают ребенку понять, каким его видят в семье. Мы все уязвимы перед такой информацией.

Дети (особенно подростки) также проявляют серьезное соперничество в сфере физических данных и спортивных способностей. Те, кто медленнее, слабее и менее координированы, чем их братья или сестры, редко способны принять «второе призовое место» с изяществом и достоинством. Рассмотрим, например, записку, которую передала мне мать двоих мальчиков. Она написана ее девятилетним сыном восьмилетнему брату после того, как младший выиграл гонку у старшего.

Дорогой Джим,

Я самый лучший, а ты самый плохой. Я могу обогнать любого в гонке, а ты никого. Я самый умный, а ты самый тупой.

Я самый лучший игрок, а ты самый плохой. К тому же ты свинья. Я могу справиться с кем угодно. И это правда. Все, конец истории.

Твой Ричард.

Это письмо рассмешило меня, потому что мотив Ричарда слишком плохо замаскирован. Его самолюбие было больно задето в честном поединке, поэтому он пришел домой и объявил войну. Он, наверное, потратил следующие восемь недель в поисках уязвимого места Джима. Но такова природа человечества.

Вот еще один пример. У одного из моих помощников в программе «Семья в центре внимания» есть старший брат, который в детстве был музыкальным вундеркиндом. Он играл на фортепиано сонаты Моцарта в шесть лет, в то время как его младшему брату и сестре удавались лишь примитивные музыкальные пьески. На каждом сольном концерте мой помощник слышал восторженные отзывы о способностях брата, а потом небрежные похвалы в свой адрес: «Ты тоже был молодец».

Ваши слова имеют силу, способную заставить братьев и сестер возненавидеть друг друга.

После семи лет уговоров младший брат убедил мать, что ему нужно не соперничать с братом в игре на пианино, а попробовать себя на саксофоне. Через несколько недель он принес домой саксофон и начал учиться играть. Естественно, он был совсем не готов к соло с группой и просто изучал ноты. Его старший брат, с которым он всегда был в хороших отношениях (и сейчас тоже), вошел, взял в руки саксофон и тотчас сыграл так, как будто учился этому пятнадцать лет. Младший брат, полностью униженный, начал борьбу с нокдауна. В конце концов он стал довольно неплохо играть на саксофоне, развив таким образом собственную здоровую индивидуальность. Менее уверенный ребенок мог бы спрятаться под оболочку обиды и отказался бы пробовать что-либо сопряженное с риском. Сколько раз люди спотыкались об эти простые принципы!

Но разве я предлагаю родителям устранить все аспекты индивидуальности в жизни семьи или отменить здоровую конкуренцию? Конечно, нет. Конкуренция заставляет стремиться

к лучшему, что таится внутри нас. Однако ребенок всегда должен знать, что родители его уважают и ценят наравне с братьями и сестрами. Похвала и критика должны распределяться как можно равномернее, хотя неизбежно некоторые дети будут более успешными во внешнем мире. Наконец, следует помнить: дети не строят крепости вокруг своих сильных сторон – они возводят их, чтобы защитить слабые. Таким образом, когда ребенок начинает хвастаться и нападать на братьев и сестер, он сообщает об опасности, которую чувствует в этот момент. Наше внимание к этим сигналам поможет минимизировать потенциал ревности у детей.

2. Создание действенной системы справедливости в доме

Соперничество братьев и сестер достигает накала, когда правила, регулирующие взаимодействие между ними, применяются неадекватно или непоследовательно: «нарушителей» не задерживают или отпускают без разбирательств. Важно понимать, что законы в обществе созданы и применяются для защиты людей друг от друга. Подобно этому, семья – мини-общество с теми же требованиями к имущественным правам и физической защите.

Предположим, я живу в обществе, где не действует закон. Полицейских не существует, отсутствуют суды, в которых обжалуются разногласия. В таких обстоятельствах мы с соседом можем безнаказанно издеваться друг над другом. Он берет мою газонокосилку и бросает камни мне в окна, а я краду персики с его любимого дерева и перебрасываю опавшие листья к нему через забор. Взаимный антагонизм становится все более жестоким с течением времени. Конечным результатом может стать феодальная ненависть и убийство.

Отдельные семьи схожи с обществом, нуждающимся в законе и порядке. В отсутствие справедливости «соседствующие» братья и сестры начинают нападать друг на друга. Старшая сестра сильнее и жестче, что позволяет ей угнетать младших братьев и сестер. Но и младший член семьи не лишен собственного оружия. Он может ответить, разбивая игрушки и ценные вещи сестры и мешая, когда к ней приходят друзья. Тогда вспыхивает взаимная ненависть, как злой вулкан, извергающая свою разрушительную лаву на каждого, кто появляется на пути.

Часто дети просят родителей помочь, но вынуждены разбираться между собой сами. Маме или папе не хватает инструментов дисциплинарного контроля для исполнения собственных решений. Иногда они так раздражены постоянными склоками братьев и сестер, что отказываются вмешиваться. Кроме того, они предъявляют старшему ребенку несправедливые требования – «потому что твоя сестра младше тебя». Таким образом они связывают ему руки и оставляют его совершенно беззащитным перед озорством младших. Во многих семьях, где работают оба родителя, дети бесконтрольно устраивают домашние разборки.

Скажу еще раз: одна из важнейших обязанностей родителей – создание справедливой системы правосудия и баланса власти в доме. Разумные правила должны быть справедливы для каждого члена семьи. Вот исходные положения свода «законов», на которых строится защита для каждого ребенка. Они вряд ли могут быть реализованы идеально, но все же стоит попробовать:

- Ребенку не разрешается высмеивать другого деструктивным образом. Точка! Это должно стать строгим правилом для всех без исключения.
- Каждая детская комната – частная территория ее хозяина. Замки должны быть на всех дверях, а разрешение на вход – привилегия, которая может быть отменена. (Если дети живут в одной комнате, каждому нужно выделить его личное пространство.)
- Насколько это возможно, старшему ребенку не разрешается дразнить младшего.
- Младшему ребенку запрещено приставать к старшему.
- Дети не обязаны играть друг с другом, если хотят побыть в одиночестве или с друзьями.
- Родители выступают посредниками в любом серьезном конфликте как можно раньше, осторожно проявляя беспристрастность и строгую справедливость.

Этот план требует: 1) уважения к родительскому руководству, 2) желаний родителей быть посредниками, 3) разумной последовательности в течение времени и 4) возможности принуждения или наказания. Если такой подход осуществлять с любовью, эмоциональный настрой семьи может измениться от ненависти, по

крайней мере к терпимости.

3. Осознание, что скрытая «цель» соперничества между братьями и сестрами – это вы

Третий общий принцип – это понимание того, как думают дети. Их конфликт часто служит способом манипулировать родителями. Ссоры и боевые действия дают им возможность привлечь к себе внимание взрослого. Кто-то сказал: «Некоторые дети скорее предпочли бы находиться в розыске за убийство, чем чувствовать себя нежеланными». Поэтому пара трудных детей может молчаливо согласиться между собой доводить родителей, пока они не получат ответ – даже если это будет раздражение.

Один отец рассказал мне, как его сын и племянник начали спорить, а потом бить друг друга кулаками. Оба отца были рядом, но позволили драке идти своим ходом. Во время перерыва один из мальчиков взглянул на мужчин и сказал: «Неужели никто не остановит нас?!» Как видите, затеянная драка была не нужна им самим, а вызвана присутствием двух взрослых и приняла бы совсем другую форму, окажись мальчики одни. Дети часто таким образом привлекают к себе внимание и требуют вмешательства родителей.

Как ни странно, эту форму соперничества братьев и сестер легче всего контролировать. Родители должны просто сделать такое поведение невыгодным для каждого участника. Я бы рекомендовал обсудить проблему (например, утро, полное препирательств) вместе с детьми, а затем сказать: «Теперь слушайте меня внимательно. Если вы двое хотите нападать друг на друга и чувствовать себя несчастными – пожалуйста. Идите на улицу и ссорьтесь, пока не надоест. При мне этого больше не будет. Все, и не возвращаемся к этому! Вы знаете, что будет так, как я говорю. Надеюсь, мы понимаем друг друга».

Одна из важнейших обязанностей родителей – создание справедливой системы правосудия и баланса власти в доме.

Обозначив четко эти границы, я бы действовал решительно, если бы кто-то из них вернулся к своим пререканиям в моем присутствии. Если у детей отдельные спальни, я бы отправил каждого в его комнату на

полчаса полной скуки: без радио, компьютера или телевизора. Или бы заставил одного обратиться в гараже, а другого – выкосить лужайку. Или уложил бы спать днем вне расписания. Моя цель в данном случае – заставить их поверить мне в следующий раз, когда я попрошу мира и спокойствия.

Не нужно позволять детям разрушать радость своей и чужой жизни. Что самое удивительное: дети сами счастливы, когда родители устанавливают разумные границы с любовью и достоинством. Но нет ничего простого, когда речь идет о воспитании детей. Очевидно, что это – работа не для слабаков.

Вопросы и ответы

В: Мы строим нашу семью очень обдуманно и хотим правильно спланировать рождение детей. Есть ли идеальный срок между детьми, который создаст больше гармонии в их отношениях?

О: Однополые дети с разницей в два года, скорее всего, будут соперничать между собой. С другой стороны, у них больше шансов насладиться общением друг с другом. Если у ваших детей разница в четыре года и больше, между ними не возникнет сильной дружбы, зато в семье будет одновременно только один студент колледжа. Столь расплывчатый ответ на ваш вопрос отражает мой личный взгляд: есть много серьезных причин для планирования появления ребенка, кроме возраста тех, кто уже родился. Большее значение имеет здоровье матери, желание родителей иметь еще детей, финансовые соображения и стабильность брака. Относительный возраст братьев и сестер, на мой взгляд, не так важен.

В: Моя старшая дочка – отличница. Ее младшая сестра сейчас в шестом классе, но школа вызывает у нее скуку, и она даже не старается. Расстраивает при этом то, что младшая девочка способнее старшей. Почему она отказывается применять свои способности?

О: Множество причин могут объяснить отсутствие интереса младшей дочери к учебе. Наиболее вероятное объяснение: дети часто отказываются соревноваться, когда заранее уверены, что станут

вторыми. Таким образом, младшая девочка уклоняется от соперничества со старшей сестрой в той области, где старшая сильнее. Если Сын Номер Один – хороший спортсмен, Сын Номер Два, возможно, заинтересуется коллекционированием бабочек. Если Дочь Номер Один – одаренная пианистка, то Дочь Номер Два может забросить музыку и заняться теннисом. Этот сценарий я описал в рассказе о моем помощнике и его старшем брате. Младший брат не имел желания (или способностей) конкурировать со старшим в игре на фортепиано и отчаянно хотел делать что-то другое, чтобы сравнение было в его пользу.

Естественно, это правило зависит от степени страха ребенка перед неудачей и от того, как он оценивает свои шансы. Если его уверенность высока, он может нагло вторгнуться на территорию старшего брата, полный решимости преуспеть еще больше. Однако более типичный ответ – поиск новой области занятий, где семейная звезда не имеет преимуществ.

Если это объяснение соответствует поведению вашей младшей дочери, то было бы разумно не требовать от нее отличной успеваемости в школе. Братьям и сестрам не нужно подстраиваться под модели друг друга, и мы не должны этого ждать от них.

В: Я мать-одиночка с двумя мальчиками-бунтарями, которые просто разрывают друг друга на части. Думаю, я смогла бы справиться с этим братским соперничеством, будь у меня хоть какая-нибудь поддержка и практическая помощь. Напряжение на работе, приготовление еды и выполнение родительских обязанностей за двоих лишают меня сил, необходимых для разборок их постоянных пререканий. Что бы вы сказали в поддержку нам, родителям-одиночкам? Каждый день кажется сложнее предыдущего. Можете ли вы заступиться за нас перед теми, кто не понимает, с чем мы сталкиваемся?

О: Согласно Статистическому отчету США, в настоящее время в стране насчитывается более 12 миллионов неполных семей^[69]. На мой взгляд, одинокие родители выполняют самую трудную работу в мире! Сам Геракл пришел бы в ужас от количества дел, с которым такие люди, как вы, должны справляться каждый день. Даже двум родителям, находящимся в прочном браке и имеющим стабильный

финансовый доход, сложно соответствовать задачам воспитания. Выполнение этой задачи на протяжении многих лет матерью-одиночкой или таким же отцом – свидетельство их героизма.

Главное, что нужно знать одиноким родителям, – Господь в курсе их обстоятельств.

Самая большая проблема, с которой сталкиваются родители-одиночки, особенно молодые матери, – это огромный объем обязанностей. Необходимость заработать на жизнь, питание, уход за маленькими детьми, помощь с уроками старшим, уборка дома, оплата счетов, ремонт автомобиля, регулирование страховок, ведение банковских дел, подготовка налоговых деклараций, магазины и т. д. могут занимать двенадцать и более часов в день. Мать живет по такому расписанию семь дней в неделю в течение всего года, иногда без поддержки семьи или кого-то еще. Этого достаточно, чтобы вымотать самую сильную и здоровую женщину. Где же ей найти время и силы на социальные и эмоциональные потребности детей и как ей строить их дружеские отношения, от которых зависят эти потребности? Воспитание в одиночку не легче и для отцов, которым приходится расчесывать волосы дочерям или рассказывать про менструацию девочке предпубертативного возраста.

Существует только один ответ для одиноких родителей. Он больше адресован нам – чтобы мы протянули таким мамам и папам руку помощи. Им требуется практическая поддержка, в том числе дружба с полными семьями, которые временами будут брать их детей к себе, чтобы дать родителям-одиночкам немного свободного времени. Одиноким мамам нужна помощь молодых людей, которые по-отцовски поиграют с их мальчиками и свозят их на школьный футбольный матч. Им нужны мужчины, которые починят тормоза на минивэне и залатают дырявую крышу. С другой стороны, одиноким папам требуется помощь в приготовлении еды, и если у них дочка, то нужен человек, который поможет девочке стать леди.

Одиноким родителям нужны духовные партнеры, которые примут на себя ответственность за связь детей с Господом и разделят это бремя с отцом или матерью. Им нужна большая семья верующих, чтобы заботиться о них, поддерживать и напоминать об их

приоритетах. Пожалуй, самое главное, что нужно знать одиноким родителям, – Господь в курсе их обстоятельств.

Я считаю нашей, верующих людей, обязанностью помочь вам в воспитании детей. Это требование подразумевается в заповеди Иисуса о том, что мы любим и поддерживаем нуждающихся во всех слоях общества. Он сказал: «Истинно говорю вам: так как вы сделали это одному из сих братьев Моих меньших, то сделали Мне» (от Матфея 25:40). Наши усилия помочь ребенку без отца или матери рассматриваются Иисусом Христом как прямое служение Ему!

Эта библейская задача еще более четко изложена в Послании Иакова 1:27: «Чистое и непорочное благочестие пред Богом и Отцем есть то, чтобы призи́рать сирот и вдов в их скорбях».

К счастью, церкви сегодня более чувствительны к нуждам одиноких родителей. Многие конгрегации предлагают программы и службы, учитывающие интересы людей с особыми потребностями. Я бы посоветовал всем родителям-одиночкам найти такую церковь или братскую группу и стать ее частью. Христианское братство и поддержка могут стать ключом к выживанию.

Глава 10

Подросток-бунтарь

(А разве существуют другие?)

Итак, мы на пороге подросткового возраста, этого динамичного времени, которое начинается прыщами и заканчивается бородой. Можно также сказать, что оно начинается на велосипеде, а заканчивается на автомобиле. Это захватывающий период, но, честно говоря, я бы не хотел снова окунуться в него. Не сомневаюсь – и вы тоже. Мы, взрослые, очень хорошо помним страхи, насмешки и слезы нашей бурной юности. Возможно, именно поэтому многие родители начинают трепетать, когда их дети приближаются к подростковым годам, особенно если один или несколько из них росли строптивыми и дерзкими.

Один из любопытных сегодняшних аспектов подросткового возраста, в отличие от того, что было тридцать лет назад, – его гомогенизированная природа во всем мире. Мы встречаем одни и те же граффити на зданиях, мостах и поездах в Сиднее, Чикаго, Лондоне, Москве или Берлине. Откуда дети всего мира знают эти квадратные буквы, которыми банды отмечают свои территории? Подростки в разных странах подражают друг другу и в остальном. Они полны решимости выглядеть одинаково, одеваться одинаково и «быть» одинаковыми. У них даже есть свой международный язык, который адаптируется к постоянно меняющемуся жаргону.

Что же связывает молодых людей? Мировая поп-культура, которая не знает географических границ. MTV, самая популярная кабельная сеть в мире, – первичное звено этого конформизма. Ее жалкие двадцатичетырехчасовые программы смотрят в 377 миллионах домов ежедневно, в основном впечатлительные подростки или молодые люди^[70]. Корпоративный конгломерат зарабатывает миллиарды долларов на маркетинге поп-культуры и призыве к бунту поколения. Его руководители не просто понимают, что они имеют всемирное влияние, но намеренно стремятся к нему. Одна из корпоративных реклам показывает затылок подростка, на котором выбрито «MTV».

Она гласит: «MTV – не канал. Это культурная сила. Люди не смотрят его, они любят его. MTV повлияло на то, как целое поколение думает, разговаривает, одевается и делает покупки»^[71]. Удивительно не только то, что в рекламе признается попытка манипулировать молодыми и незрелыми людьми, но и то, что они тратят огромные деньги, хвалясь этим.

MTV – не единственная разлагающая культурная сила на международной арене. Американская индустрия развлечений также негативно влияет на мировое сообщество через фильмы, телевидение, видео и интернет. Вот почему дети в Кении и Фиджи, в Сантьяго и Будапеште тоскуют по голливудским старлеткам, танцуют под одних и тех же рок-музыкантов, и подражают, к сожалению, таким аморальным антигероям, как Мадонна, Бритни Спирс и Эминем. Вот почему татуировки, пирсинг, странные разноцветные прически и полуодетые девушки везде так похожи.

Один из самых отвратительных примеров разврата в рамках поп-культуры состоялся на 38-м суперкубке в феврале 2004 года. В перерывах проходило шоу, которое представляло собой откровенный разврат с похотливыми выходками, текстами песен явного сексуального и насильственного содержания, девушками, похожими на проституток в одежде из ремешков и подвязок. В шоу, если его можно так назвать, фигурировали поп-певицы Джанет Джексон и Джастин Тимберлейк. В заключительный момент представления Тимберлейк стащила верхнюю часть своего наряда, обнажив грудь. Миллионы людей во всем мире – многие из них дети и впечатлительные подростки – наблюдали за этим позорным действием^[72]. Кем была подготовлена и спонсирована программа? Конечно же, MTV и их сообщниками на Си-би-эс и в Национальной футбольной лиге. Алчные руководители компаний в очередной раз внесли вклад в дегенеративную мораль молодого поколения. Неудивительно, что культурные люди в других странах ненавидят США за дурное влияние на их детей. По крайней мере в отношении Голливуда и поп-индустрии они абсолютно правы!

Еще более тревожно, что MTV транслирует подобную безнравственность на кабельном телевидении изо дня в день, а большинство родителей слишком заняты, чтобы обращать на это внимание.

Что это означает? Что воспитание детей, особенно тех, внутри которых все бурлит, стало намного сложнее. Сотню лет назад, когда четырнадцатилетний Билли Боб Браун, сын-бунтарь фермера Брауна, становился неуправляемым, отец мог вывести его на задворки угодий в 16 гектаров и «вправить ему мозги». Участников конфликта было только двое, и обычно Билли Боб быстро понимал, что для него лучше. Теперь поп-культура влияет на отношения между родителями и детьми через чрезвычайно популярную систему идей, соблазнов, секса, ненормативной лексики, поддержки и, главным образом, через культ гнева, который только усугубляет трудности взросления.

Вот что говорит эколог и писатель Билл Маккиббен: «Если вы намеревались создать культуру, целенаправленно наносящую ущерб детям, вам не превзойти Америку в конце XX века [и далее]»^[73]. Обозреватель, автор и ведущий радиопередачи Майкл Медвед сказал так: «Произошел сдвиг от позитивной культуры... к сознательно агрессивной культуре»^[74]. Западная культура становится все более радикальной, сексуальной и революционной. Она полна решимости отправить ваших детей в ад, и, чтобы остановить ее, требуются ваша величайшая мудрость и опыт.

Образ семьи, собравшейся вокруг единственного телевизора в гостиной, исчезает.

Здесь полезно провести мониторинг доступности средств массовой информации. Согласно недавнему опросу, дети в возрасте от двух до восемнадцати лет тратят в среднем пять часов и двадцать девять минут в день на телевизор, прослушивание музыки или компьютерные и видеоигры. Дети старше восьми лет уделяют этим занятиям почти сорок часов в неделю. То же исследование также показало, что у 53 % детей есть телевизор в спальне. Среди этих детей 32 % – от двух до семи лет и 65 % – от восьми до восемнадцати лет. У 70 % всех детей в комнате есть радио, а у 16 % – компьютер^[75].

Какое зловещее описание детей в Америке (да и во всем мире) в XXI веке дает этот отчет! Этот образ связывают с бешеным темпом жизни. Мы, взрослые, слишком устали и раздражены, чтобы заботиться о тех, кого мы любим больше всех на свете. Мы мало знаем, что они делают дома, и еще меньше – когда они где-то еще.

Какой позор! Yankelovich Partners, Inc. сообщает, что образ семьи, собравшейся вокруг единственного телевизора в гостиной, исчезает. Вместо этого многие дети предоставлены сами себе и могут выбирать самостоятельно, что они хотят увидеть. Энн Клурман, партнер Yankelovich, сказала: «Почти все, что дети смотрят, по сути, проникает в их сознание бесцензурным и нефильТРованным образом»^[76].

Я настоятельно призываю вас убрать все устройства, будь то телевизоры, компьютеры или DVD-диски, из детской спальни. Поместите их в гостиную, где можно контролировать, что ребенок смотрит и как долго. Неужели вы не можете сделать такой малости для своих детей? Кроме того, наша обязанность – проводить время, отведенное на развлечения, с нашими мальчиками и девочками, пока они маленькие. В противном случае дети станут приманкой для мошенников, которые хотят контролировать их сердца и умы.

Я более подробно написал об этих и других подростковых опасностях в книге «Воспитание мальчиков». Те, кто ищет более серьезной помощи по этому вопросу, могут обратиться к указанному источнику. Здесь я только вкратце излагаю свои взгляды.

Что ж, дорогие родители, я знаю: то, чем я поделился в этой главе, расстраивает. Неудивительно, что многие из вас чувствуют себя жертвами последствий постмодернистской культуры, чей бог – самоудовлетворение и чья единственная ценность – радикальный индивидуализм. Тем не менее вам нужно знать правду и понимать, что делать, чтобы защитить тех, кого вы любите... Вот над чем стоит подумать.

Во-первых, отдадим приоритет нашим детям. В прошлом культура защищала их от вредных образов и эксплуатации. Теперь сезон охоты открыт даже на самых маленьких. Давайте поставим благополучие наших мальчиков [и девочек] выше нашего комфорта и научим их отличать, что правильно, а что нет. Они должны услышать, что Бог – автор их прав и свобод. Донесем до них, что Он любит их и удерживает на высоком уровне морального противостояния.

Во-вторых, сделаем все, что в наших силах, чтобы искоренить насилие и похоть, ставшие столь распространенными на земле. Давайте требовать, чтобы магнаты индустрии развлечений

прекратили производить моральную грязь. Отберем у судов и вернем себе ту систему самоуправления, которая традиционно допускала открытое обсуждение американцами своих глубоких разногласий и выработку эффективных совместных решений. Радикальный индивидуализм уничтожает нас! Постмодернизм – это рак, от которого гниет душа человечества. В результате вероучения, провозглашающего «Делай то, что приносит тебе удовольствие!», слишком много подростков с передозировкой наркотиками в больницах, слишком много безотцовщины в тюремных камерах, слишком много гробов с молодыми людьми и слишком много слез растерянных родителей.

Наконец, давайте поклянемся вместе, что установим для наших детей самые высокие стандарты этики и морали и будем защищать их, насколько возможно, от зла и смерти. Наши семьи не могут быть совершенными, но они могут стать лучше – намного лучше^[77].

Кроме того, я предлагаю другие идеи и советы, касающиеся всех подростков, в том числе тех, с кем трудно справиться.

1. Подарите подросткам то, чего они больше всего хотят, – уважение и достоинство!

Как всем известно, период раннего подросткового возраста – это чаще всего болезненное время со стремительными физическими и эмоциональными переменами. Его характерная трудность была сформулирована мальчиком-семиклассником, которого попросили прочитать историческую речь Патрика Генри на специальной программе в честь провозглашения Соединенных Штатов. Стоя перед аудиторией родителей, молодой человек растерялся и выпалил: «Дайте мне половую зрелость или смерть!» Его заявление не так нелепо, как кажется. Многие подростки искренне считают, что должны выбирать между этими сомнительными альтернативами.

Тринадцатый и четырнадцатый годы обычно становятся самыми трудными в жизни. Ребенок внезапно пробуждается в совершенно новом мире, как будто его глаза открываются впервые. Этот мир населен сверстниками, пугающими его до судорог. Его главное беспокойство, затмевающее даже страх смерти, которая далека

и немислима, – возможность быть отвергнутым или униженным в глазах других подростков. Эта зловещая угроза сохраняется в фоновом режиме в течение многих лет, мотивируя детей делать то, что абсолютно не имеет смысла для взрослых, наблюдающих за ними. Невозможно постичь подростковый ум, не понимая ужаса, внушаемого средой.

С этой социальной уязвимостью связаны сомнения и чувство неполноценности, которые достигают небывалого уровня в этом возрасте. Ценность подростка как человека опасно зависит от принятия его группой сверстников, которое, как известно, непостоянно. Таким образом, даже несущественные доказательства отвержения или насмешки имеют большое значение для того, кто заранее видит себя глупцом или неудачником. Трудно сказать, что произойдет, если не с кем будет сесть в автобусе на школьной экскурсии, не пригласят на важное событие, высмеют в компании, проснешься и увидишь семь новых блестящих прыщей на жирном лбу или будешь унижен мальчиком или девочкой, которым, как ты считал, нравишься. Есть дети, которые постоянно сталкиваются с такими социальными катастрофами в подростковые годы, что делает некоторых из бунтарей ужасно противными дома.

Доктор Ури Бронфенбреннер, уже оставивший пост в Корнельском университете, определял ранний подростковый возраст как наиболее разрушительный период жизни. Бронфенбреннер вспоминает, как во время слушаний в Сенате США его попросили назвать самые критические годы в развитии ребенка. Сенаторы ждали, что он подчеркнет важность дошкольного опыта, отражая популярное представление о том, что самое значимое воспитание происходит в первые шесть лет жизни. Однако Бронфенбреннер не подтвердил это предположение. Он согласился, что дошкольные годы жизненно важны, как и любой другой этап детства. Но годы средней школы, вероятно, наиболее критичны для развития психического здоровья ребенка. Именно в этот период неуверенности личность часто подвергается разрушениям, после которых трудно что-то исправить. Поэтому, сказал Бронфенбреннер, часто случается, что учащиеся поступают в старшую школу счастливыми и здоровыми детьми, а спустя два года становятся сломленными и унылыми подростками^[78].

Я полностью согласен с ним. И физические, и эмоциональные опасности подстерегают в это время повсюду. Я никогда не забуду ранимую девушку по имени Диана, которая училась со мной в девятом классе. Она занималась современными танцами, и ей предложили выступить на школьном мероприятии. Когда она сделала круг по сцене, случилось немыслимое! Верх ее блузки без бретелек внезапно упал вниз (у нее еще не начала формироваться грудь). Все присутствующие ахнули, и тут же зал взорвался смехом. Это было ужасно! Доли секунды Диана отчаянно пыталась прикрыть обнаженное тело, а потом убежала со сцены в слезах. Она так и не смогла полностью оправиться от школьной трагедии. Можете быть уверенными, что ее «друзья» позаботились об этом.

Часто случается, что учащиеся поступают в старшую школу счастливыми и здоровыми детьми, а спустя два года становятся сломленными и унылыми подростками

Ученики средней школы, как правило, жестоки друг к другу, они нападают и ранят слабую жертву так же, как стая волков убивает и пожирает истерзанного оленя. По мнению Дороти Эспиладж, автора исследования среди 558 учащихся в одной из среднезападных школ, они поступают так, потому что сами боятся стать объектами травли. «У ребят нет необходимых навыков, чтобы остановить [издевательства], – сказала Эспиладж. – Они также боятся, что если попытаются остановить сверстников, то внимание переключится на них. Кроме того, они считают, что это все весело, хотя для жертв это далеко не смешно». 80 % студентов, участвующих в исследовании, заявили, что принимали участие в физической агрессии, социальной травле, насмешках, оскорблениях и угрозах в течение последних тридцати дней^[79].

Другое исследование, проведенное в Университетах Джорджии и Миннесоты, обнаружило, что пики издевательств наблюдаются при переходе из начальной школы в среднюю. Поддразнивания и угрозы – это часть поиска собственного статуса. «Как только доминирование установлено и безопасное место подростка среди новых друзей определено, агрессия утихает», – писали авторы исследования^[80].

Я не понаслышке знаком с жестокостью школьников. Когда мне было немногим больше двадцати, я преподавал в государственной средней школе. В течение двух лет я каждый день давал уроки по окружающему миру и математике буйной армии из двухсот двадцати пяти учеников и узнал от них гораздо больше, чем они от меня. На этой линии огня мои понятия о дисциплине и развитии ребенка начали приобретать твердую основу. Работоспособные, практические решения находили подтверждение, в то время как высокопарные теории, выдуманные академиками, взрывались, как тонны тротила на поле боя.

Один из самых важных уроков, которые я усвоил в те годы, показал связь между самоуважением (или ненавистью к себе) и бунтарским поведением. Я быстро заметил, что могу прибегать к любым способам поддержания дисциплины и вводить какие угодно правила для моих студентов, при условии, что буду относиться к каждому из них с искренним уважением. Я укреплял дружбу с моими учениками до и после уроков, во время обедов и классных собраний. Я был жестким, особенно когда мне бросали вызов, но никогда никого не унижал, не оскорблял и не вел себя подло. Я защищал аутсайдеров и пытался воспитать уверенность и самоуважение у каждого ребенка. Тем не менее я никогда не отступал от своих принципов. Каждый день студенты молча входили ко мне в класс. Они не вели себя неуважительно, не сквернословили и не кололи друг друга шариковыми ручками. Я был капитаном корабля и вел его с воинским рвением.

Результат этого сочетания доброты и твердой дисциплины – одно из самых приятных воспоминаний моей профессиональной жизни. Я любил своих учеников и имел все основания полагать, что меня любят в ответ. Я скучал по ним в выходные (чего моя жена никогда не понимала). В конце выпускного года, когда я собирал свои книги и прощался, двадцать пять или тридцать всхлипывающих детей бродили вокруг моего класса несколько часов, а потом рыдали, когда я покидал стоянку. Да и этот двадцатилетний учитель тайком пролил несколько слез в тот день. Неудивительно, что один из моих любимых фильмов, вышедших в 1996 году, «Опус мистера Холланда», показывает учителя, воплощающего в себе черты, которые я описал. (Простите за хвастливый абзац. Я не рассказываю вам о своих неудачах, которые гораздо менее интересны.)

Если вы готовы дарить свою доброту подавленным и нервным подросткам, даже тем, кто угрюм и упрям, то многие дисциплинарные проблемы подросткового возраста можно обойти. Это, в конце концов, лучший способ общения с людьми любого возраста.

Давайте теперь рассмотрим второе предложение, которое может стать способом реализации первого.

2. Ключ к разгадке головоломки

С подростковым периодом связана иррациональность, которая страшно расстраивает родителей. В этом возрасте трудно логически рассуждать о решении конфликта. Приведу пример, объясняющий эту проблему.

В аспирантуре мне рассказали историю о студенте-медике, которому по программе нужно было провести несколько недель в психиатрической больнице. К сожалению, он получил слабую подготовку в области психических заболеваний и ошибочно полагал, что может убедить пациентов вернуться в мир реальности. Один шизофреник, помещенный в лечебницу, был особенно ему интересен, так как считал себя мертвым.

«Да, это правда, – повторял пациент, когда к нему обращались. – Я мертв. Вот уже несколько лет».

Интерн не смог удержаться и попытался разубедить заблуждающегося шизофреника. Он сел рядом с пациентом и сказал: «Как я понимаю, вы считаете себя мертвым. Так ведь?»

«Конечно, – ответил мужчина. – Я мертвее, чем дверной гвоздь».

Интерн продолжал: «Тогда ответьте мне, может ли у мертвых идти кровь?»

«Конечно, нет», – ответил больной, рассуждая, как вполне здоровый человек.

Интерн взял пациента за руку и кольнул иглой в большой палец. Когда кровь засочилась из ранки, шизофреник ахнул и воскликнул: «Ох, вы только посмотрите! У мертвых тоже идет кровь!»

Вы рискуете оказаться в такой же ситуации, ведя беседы с непонимающим подростком. Вы пытаетесь объяснить, почему он должен быть дома к определенному часу, почему она должна содержать свою комнату в порядке, почему ему нельзя взять машину в пятницу вечером или почему не так страшно, что ее не пригласили на

крутую вечеринку к самому популярному парню из выпускного класса. Но они игнорируют доводы и скорее реагируют на динамические, эмоциональные, социальные и химические силы, побуждающие их к действию. Могу также заверить вас, исходя из опроса уже упомянутых 35 тысяч родителей, что ребенок с характером особенно восприимчив к этим внутренним и иногда иррациональным силам. Вспыльчивость, которая наблюдалась в предшествующие двенадцать лет, скорее всего, усилится, прежде чем станет стихать.

Статья в *US News & World Report* поможет четко сформулировать этот феномен:

Сегодня ваш ребенок [если он обычно послушен], очаровательное создание двенадцати лет, легко и с веселым настроением встает по утрам, убирает без напоминания со стола и приносит из школы хорошие оценки. На следующий день он заливается слезами, когда вы попросили его принести соль, и слушает электронную музыку на максимальной громкости несколько часов подряд. Помощь по дому? Забудьте об этом. Домашнее задание? На него не хватает времени, после того как он проболтает с друзьями по телефону пять часов подряд. Как дела утром? Ваша синяя птица счастья упорхнула, оставив стонущий комок, с трудом способный вылезти из-под одеяла. Добро пожаловать в подростковый возраст^[81].

Что происходит? Откуда такое внезапное непостоянство и иррациональность? Ответ прост – поднимается уровень коварных гормонов! Они служат ключом к пониманию почти всего, что не сходится в подростковом возрасте. Эмоциональные характеристики ребенка, внезапно превратившегося в мятежного подростка, новые капризы прежнего бунтаря напоминают предменструальный синдром (ПМС) или тяжелую менопаузу у женщин. Внутри происходят кардинальные изменения! Если бы перестройки были результатами только внешних факторов, то натиск полового созревания не был бы таким предсказуемым. Эмоциональные изменения, которые я описал, приходят точно по расписанию, приуроченному к наступлению физического созревания, и обусловлены общим гормональным

всплеском. Химия организма, по-видимому, выходит из строя на несколько лет, влияя на разум так же, как и на тело.

Помогает ли это понимание родителям легче справиться с последствиями полового созревания? Возможно, нет, но должно. В течение нескольких лет подросток может неправильно понимать свой мир. Его социальные оценки нарушены. Его страх перед опасностью снижен, а взгляд на ответственность искажен. Поэтому не стоит отчаиваться, когда кажется, будто все, чему вы пытались научить своего ребенка, забыто или так и не усвоено. Он переживает метаморфозу, которая перевернула все с ног на голову. Но потерпите. Он восстановит равновесие со временем, и ваши отношения стабилизируются, при условии, что вы к тому моменту не потеряете разум.

Подростковый возраст – переходный период, и он скоро пройдет. Не теряйте самообладания во время бурь. Оставайтесь твердыми под огнем.

А теперь небольшой совет родителям девочки с характером, чья личность становится неприятнее с каждым днем. Я настоятельно рекомендую вам научить свою дочь вести график ее менструального цикла. Поговорите с ней о ПМС и о том, как он влияет на поведение, самооценку и настроение. Попросите ее записывать, когда ее менструация начинается и заканчивается каждый месяц, как она чувствует себя до, во время и после цикла. (Но не поднимайте эту тему раньше середины цикла.) Я думаю, вы вместе с ней увидите, что эмоциональные взрывы, которые сотрясают семью, предсказуемы и повторяются. Предменструальное напряжение в подростковом возрасте производит шквал торнадо каждые двадцать восемь дней. Если вы знаете, что оно приближается, то можете спрятаться в подвале от непогоды, когда ветер начинает наносить удары. К сожалению, многие родители не замечают закономерности и предсказуемости депрессии, волнения и конфликтов с дочерью. Поглядывайте в ее календарь. Он многое расскажет вам о вашей девочке.

Эмоциональное равновесие у мальчиков-подростков не так циклично, как у девочек, но на поведение мальчиков тоже влияют

гормоны. Все, от сексуальной страсти до агрессивности, регулируется новыми химическими веществами, которые движутся по их венам.

Теперь, когда мы объяснили перемены гормональным влиянием, позвольте мне добавить, что не все так просто, как кажется.

Недавние исследования показали: гормоны – не единственные виновники в этом коктейле. Незрелость обусловлена неполным развитием мозга в ранний подростковый период. Эти выводы были обобщены в той же статье из *US News & World Report*, на которую я ссылался ранее. Вот что там говорится:

Точно так же, как сегодня подросток – сама неуклюжесть, а завтра – сама сосредоточенность, так и разные участки мозга развиваются по своему расписанию. Например, одной из последних достигает зрелости та часть мозга, которая отвечает за принятие обоснованных решений и гашение неуправляемых эмоций. Тем временем эмоциональные центры в мозге подростка уже набирают обороты, вероятно, под влиянием половых гормонов. Этот дисбаланс объясняет, почему ваш умный шестнадцатилетний мальчик не подумает дважды, садясь в автомобиль нетрезвого друга, а сдержанный в прошлом тринадцатилетний ребенок обнимает вас целую минуту, а потом машет рукой и убегает прочь^[82].

Исследователи также обнаружили, что мозг подростка проходит через стадию, называемую прореживанием, – он очищает себя от нейронов и синапсов, которые больше не считает полезными. Эти нейроны и синапсы развиваются в возрасте между девятью и десятью годами, а потом удаляются. Мозг сам решает, что сохранить. Таким образом, пока префронтальная кора головного мозга не пройдет стадию прореживания, большинство подростков младшего возраста не управляют своим мозгом, и особенно они не способны принимать правильные решения. Это также приводит к тому, что подросткам трудно решать сразу несколько задач^[83].

В течение нескольких лет подросток может неправильно понимать свой мир. Его социальные оценки нарушены. Его

страх перед опасностью снижен, а взгляд на ответственность искажен.

Разве это не интересно? Эти выводы помогут вам, когда, полные любви, вы приводите малышку в мир и готовы отдать за нее жизнь, а она называет вас злодеем и шипит как змея, если вы ей в чем-то отказываете. Этот негативизм – не ваша вина. И эта девочка, повзрослев, оглянется назад и пожалеет о том, какой вздорной она была.

Помните маму по имени Джой, которая участвовала в одной из передач «Семья в центре внимания»? Она рассказала нам, как ее невыносимая, непокорная дочь-бунтарка написала эмоциональное письмо из колледжа, извиняясь и признаваясь, что мама – ее лучшая подруга. Это не исключительный случай. Я расскажу вам больше об оптимистических прогнозах в последней главе.

Суть в том, что подростковый возраст – переходный период и он скоро пройдет. Не теряйте самообладания во время бурь. Оставайтесь твердыми под огнем и делайте все возможное, чтобы настоять на своем во время конфликтов. Всегда будьте в контакте со своими детьми, даже когда у вас возникают проблемы взаимопонимания. Вспомните, что ваша в прошлом приятная и счастливая девочка, которая переродилась за одну ночь в кислую и взбалмошную анархистку, возможно, тоже обеспокоена тем, что с ней происходит. Ее тоже смущают обиды и гнев, ставшие ее второй натурой. Она нуждается в терпеливых заверениях любящих родителей, которые объяснят нормальность этого волнения и помогут ей снять внутреннее напряжение. Это работа для Суперродителей!

3. Откройте дверь общения

Как можно говорить с кем-то, кто не готов к общению и чья речь состоит из семи фраз: *Я не знаю. Меня не волнует. Оставь меня в покое. Мне нужны деньги. Можно мне взять машину? Мои друзья считают тебя несправедливой. Я этого не делала.* Для того чтобы открыть дверцу общения со злым подростком, может потребоваться больше такта и навыков, чем для любой другой родительской задачи. Часто матери и отцы ведут себя как подростки, крича, визжа и вступая в бесконечные битвы, которые оставляют их истощенными, но без

стратегического преимущества. Должен быть более рациональный способ общения, чем кричать друг на друга. Позвольте мне предложить альтернативу.

Брайану четырнадцать лет, и мальчик вступил в период поразительного неповиновения. Он налево и направо нарушает правила и как будто ненавидит всю семью. Конечно, он злится, когда его наказывают родители, но даже в относительное затишье он, кажется, возмущается просто потому, что они рядом. В прошлую пятницу он вернулся домой на час позже положенного времени, но отказался объяснять, где был и почему опоздал. Что предпринять родителям в такой ситуации?

Предположим, вы отец Брайана. Я бы рекомендовал вам пригласить его куда-нибудь на завтрак в субботу утром, оставив других членов семьи дома. Было бы хорошо, если бы это событие произошло в относительно спокойное время, а не в разгар размолвки или битвы поколений. Скажите, что вам нужно обсудить с ним важные вопросы, но этого нельзя сделать дома. Но не выдавайте своих намерений до субботнего утра.

Затем в подходящий момент во время завтрака скажите ему что-нибудь вроде:

А: Брайан, я хочу поговорить с тобой о переменах, которые происходят в тебе и в нашем доме. Мы оба знаем, что последние несколько недель были не очень приятными. Ты злился, ты стал непослушным и грубым. Мы с твоей мамой тоже оказались не на высоте. Мы были раздражительными и наговорили тебе вещи, о которых потом пожалели. Это не то, чего Бог хочет от нас как от родителей или от тебя как нашего сына. Должен быть другой способ решения наших проблем. Вот почему мы здесь.

Б: Для начала, Брайан, хочу, чтобы ты понял, что происходит. Ты вступил в новый период жизни – подростковый. Это заключительный этап детства, и часто эти несколько лет бывают бурными и трудными. Почти каждый проходит через такие сложные времена в раннем подростковом возрасте, и у тебя все идет по плану. Многие проблемы, с которыми ты сталкиваешься сегодня, были предсказуемы просто потому, что взросление никогда не протекает легко. К тому же на детей сегодня оказывается больше давления, чем когда мы были молодыми.

Я говорю это, чтобы ты знал: мы любим тебя так же, как и раньше, хотя последние несколько месяцев в нашем доме выдались непростыми.

В: Видишь ли, то, что на самом деле происходит, связано со свободой, вкус которой ты попробовал. Тебе надоело, когда тебе указывают, что делать. В какой-о степени это здоровое доказательство того, что ты вырастешь и становишься самостоятельным человеком. Однако ты хочешь ни от кого не зависеть и принимать свои решения без постороннего вмешательства. Брайан, очень скоро ты получишь желаемое. Сейчас тебе четырнадцать, а скоро будет пятнадцать, семнадцать и девятнадцать. Ты вырастешь раньше, чем мы узнаем об этом, и твоя мама и я больше не будем нести за тебя ответственность. Приближается день, когда ты женишься по своему желанию, пойдешь в любую школу, понравившуюся тебе, и выберешь профессию или место работы, которое тебе подходит. Мама и я не будем стремиться принимать эти решения за тебя. Мы постараемся уважать твою взрослую жизнь. Кроме того, Брайан, чем больше ты приближаешься к этому дню, тем больше свободы мы планируем тебе предоставить. У тебя сейчас больше привилегий, чем было в прошлом году, и эта тенденция будет продолжаться. Мы скоро освободим тебя от нашего контроля, и ты будешь отвечать только перед Богом и самим собой.

Г: Но, Брайан, ты должен понять: ты еще не вырос. На протяжении нескольких последних недель ты просишь, чтобы мы с мамой оставили тебя в покое, не мешали возвращаться домой среди ночи и не приставали к тебе с учебой и обязанностями по дому. Ты взрывался, когда мы не соглашались с твоими самыми экстремальными требованиями. Суть в том, что ты хочешь получить свободу двадцатилетнего в свои четырнадцать, но при этом ждешь, что рубашки будут выглажены, еда приготовлена и счета оплачены. Ты хочешь взять лучшее из двух миров без каких-либо обязанностей или ограничений. Так не бывает. Что же нам делать? Самое легкое – дать тебе идти своим путем. Тогда больше бы не было никаких ссор, конфликтов и раздражительности. Многие родители четырнадцатилетних детей так и поступают. Но мы не можем поддаваться этому искушению. Ты еще не готов к полной независимости, и мы проявим ненависть (вместо любви) к тебе, если сейчас уступим. Мы жалели бы о своей ошибке всю жизнь, и ты бы

сам скоро обвинил нас. И как ты знаешь, у тебя две младшие сестры, которые смотрят на тебя и которых нужно уберечь от того, чему ты их учишь.

Д: Кроме того, Брайан, Бог возложил на нас как на родителей ответственность за тебя и требует, чтобы мы выполняли свою работу правильно. Я хочу прочитать тебе важный отрывок из Библии, в котором описывается отец по имени Илай. Он был священником в храме, не наказывал и не наставлял двух своих неуправляемых сыновей-подростков. [Прочитайте драматическую историю из Книги 1 Самуила 2: 12–17, 22–25, 27–34; 3:11–14; 4:1–4 и 10–22.] Бог был зол на Илая за то, что тот разрешал своим сыновьям быть неуважительными и непослушными. Он не только позволил убить сыновей в битве, но также наказал их отца за то, что он не принял на себя родительскую ответственность.

Это назначение родителей можно найти на многих страницах Библии: матери и отцы должны учить своих детей и наказывать их, когда это необходимо. Бог не будет считать нас безгрешными, если мы позволим тебе приносить вред себе и окружающим. Библия также наставляет родителей не переусердствовать и не деморализовать своих детей. Мы собираемся твердо соответствовать Писанию.

Е: Итак, мы подошли к вопросу о том, как мы будем поступать с этого момента. Я хочу дать тебе обещание, здесь и сейчас: мама и я намерены быть более чувствительными к твоим потребностям и чувствам, чем раньше. Мы не идеальны, как ты хорошо знаешь, и, возможно, в какой-то момент ты почувствуешь, что мы несправедливы. Если это произойдет, ты можешь выразить свое мнение, и мы выслушаем тебя. Мы хотим держать дверь общения между нами всегда открытой. Когда ты захочешь получить новую привилегию, я задам себе вопрос: «Есть ли способ, при котором я могу удовлетворить эту просьбу и она не навредит Брайану или другим людям?» Если я смогу позволить тебе с чистой совестью то, чего ты хочешь, я сделаю это. Я пойду на компромисс и уступлю, насколько позволят мне мои соображения.

Ж: И еще, Брайан. В некоторых случаях компромисс невозможен. Здесь я буду вынужден сказать «нет». Когда такое случится, можешь быть уверен – я буду стоять на своем, как скала Гибралтара. Ни агрессия, ни приступы гнева с хлопаньем дверью не помогут. Если ты

решишь бороться со мной, то обещаю: зря потратишь время. Правда, ты уже слишком взрослый, чтобы тебя шлепали, но я все еще могу доставить тебе неприятности. И это будет моей целью. Поверь мне, Брайан, я буду лежать без сна всю ночь и придумаю, что сделать, чтобы ты почувствовал себя несчастным. У меня хватит мужества и решимости выполнять свои обязанности последние несколько лет, пока ты дома, и если возникнет необходимость, я намерен использовать все свои ресурсы для этой цели. Так что решать тебе. Мы можем мирно сосуществовать или провести последнюю часть твоего детства в неприятностях и борьбе. В любом случае ты будешь приходить домой, когда скажут, нести свою долю ответственности в семье и продолжать уважать маму и меня.

З: Наконец, Брайан, позволь мне повторить то, с чего я начал. Мы любим тебя больше, чем ты можешь себе представить, и хотим оставаться тебе друзьями в это трудное время. Так много боли в современном мире. Жизнь включает разочарование, потери, отказы, старение, болезни и в конечном итоге смерть. Ты еще не почувствовал всего этого, но почувствуешь достаточно скоро. Так что не будем умножать ту боль, что ожидает нас. Мы нужны друг другу. Нам нужен ты, и, веришь ты или нет, но мы все еще нужны тебе время от времени. Мы будем молиться за тебя каждый день и просить Господа вести и направлять тебя. Я знаю, что он ответит на эту молитву. Вот и все, о чем я хотел поговорить с тобой сегодня. Начиная с этого момента, давай сделаем нашу жизнь еще лучше.

У тебя есть, что сказать мне?

Содержание этого сообщения может меняться в соответствии с индивидуальными обстоятельствами и потребностями конкретных детей. Ответ подростка тоже будет сильно отличаться. Открытый мальчик или девочка могут проявить глубокие чувства, а упрямый, вызывающий и гордый подросток – сидеть неподвижно с опущенной головой. Но даже если ваш ребенок остается неприступным или враждебным, по крайней мере, карты выложены на стол и родительские намерения ясны.

4. Пусть двигаются

Вот практический совет для родителей подростков-бунтарей: им нельзя позволять скучать. Предоставить им много неструктурированного времени означает накликать беду. Гормоны, блуждающие по юным телам, особенно тестостерон у мальчиков, часто порождают проблемы. Свободное время после школы, когда родители на работе, может привести к опасному поведению.

Вряд ли я открываю вам что-то новое. Пословица предупреждает: «Праздный ум – мастерская дьявола». И это правда. Мой совет – займите энергичных, озорных подростков конструктивной деятельностью (но не переусердствуйте). Проследите, чтобы они вступили в хорошую молодежную программу (с моей точки зрения, лучше всего начать с церкви) и/или занялись спортом, музыкой, хобби, уходом за животными, пошли работать на неполный день, изучать электронику или земледелие. Возможно, это не так остро необходимо детям, но идея все равно актуальна. Вы должны найти способ заставить их стаптывать свои выросшие ноги.

Один из путей – дать им направление к позитивному блоку информации, относящейся к их жизни. Я настоятельно рекомендую, например, онлайн-ресурсы Breakaway (для мальчиков) и Briomag (для девочек), которые пытаются решать проблемы подростков на понятном им языке. Для ознакомления с этими ресурсами перейдите по ссылкам www.breakaway.com или www.briomag.com.

Подросткам недостаточно быть занятыми конструктивным делом – они отчаянно нуждаются в личной связи с семьей. Все исследования приходят к такому выводу. Когда родители тесно связаны со своими детьми в подростковом возрасте и ведут активную семейную жизнь, бунтарское и деструктивное поведение, скорее всего, не проявится. Доктор Блейк Боуден и Дженни Цейсс изучили 527 подростков в детской больнице Цинциннати, чтобы выяснить, как семья и ее образ жизни связаны с психическим здоровьем и адаптацией. Их выводы оказались весьма значимыми.

Подростки, которые ужинали с родителями пять раз в неделю или больше, были наименее склонны к наркотикам, депрессиям или проблемам с законом. Они чаще хорошо учились в школе и были окружены доброжелательными друзьями. Напротив, слабо адаптированные подростки ужинали с родителями только три вечера в неделю или меньше. Исследование Боудена показывает, что дети

намного лучше успевают в школе и в жизни в целом, когда они проводят время с родителями и особенно когда общаются почти каждый день^[84].

Это один из *самых* эффективных инструментов помощи ребенку в опасные подростковые годы. И да, он работает с детьми-бунтарями.

5. Используйте стимулы и привилегии

Как я указывал ранее, распространенная ошибка родителей непокорных детей состоит в том, что они позволяют втягивать себя в бесконечные словесные сражения и в результате остаются измученными, но без стратегического преимущества. Не нужно постоянно угрожать, обвинять, грозить пальцем и выдвигать оскорбительные обвинения против дочери. И самое главное – не пилите ее бесконечно. Подростки терпеть не могут, когда мамы и папы ворчат! Они обычно защищаются, притворяясь глухими. Поэтому самый быстрый способ разрушить общение между поколениями – ходить за молодым человеком по дому, монотонно повторяя одни и те же замечания с регулярностью часов с кукушкой.

Каков же правильный ответ на неряшливость, непослушание, пренебрежение и безответственность? Этот вопрос возвращает нас к угрозе Брайану, которого отец обещал сделать несчастным, если тот не пойдет на сотрудничество. Но не раскрывайте своих намерений, ведь инструменты для реализации такого обещания относительно слабы. Так как шлепать подростка неразумно (и непродуктивно), родители могут только манипулировать обстоятельствами. У них есть ключи от семейного автомобиля (если только у подростка нет своей машины, что лишает вас главного козыря), и они могут позволить или не позволить взять его. Они могут разрешить поехать на пляж, в горы, к другу или на вечеринку. Родители контролируют семейный бюджет и имеют право делиться им, одалживать деньги, выдавать их в скудных размерах или вообще не давать. Они могут обеспечить подростка желанными девайсами или лишить на время телефона, MP3-плеера или телевизора.

Это не слишком эффективные стимулы, и они порой совершенно не адекватны ситуации. После того как мы использовали доводы, сотрудничество и семейную лояльность, все это – довольно слабые методы воздействия. Нам остается только связать поведение наших

детей с желательными и нежелательными последствиями и надеяться, что этой связи будет достаточно для сотрудничества с ними.

Даже если ваш ребенок остается неприступным или враждебным, по крайней мере, карты выложены на стол и родительские намерения ясны.

В самом худшем случае своенравные, злые шестнадцатилетние мальчик или девочка сегодня выиграют противостояние с родителями. Закон полностью на стороне подростков. Например, они могут заниматься сексом, зачать ребенка, а во многих штатах – и прервать беременность без ведома родителей. Наркотики и алкоголь легко достать. Мало какие привилегии и пороки взрослых недоступны подростку, обладающему страстью к независимости и волей к борьбе. При некоторых обстоятельствах в ряде штатов шестнадцатилетние могут быть официально освобождены от родительского надзора. Поэтому иногда, в случае крайнего неповиновения, ваша реакция должна строиться на грубости и запугивании. Это неубедительно, но вы прибегаете к тому, что есть.

Как я уже говорил, культура не на вашей стороне. Каждая искра подросткового недовольства подхватывается тлеющим пламенем. Охота на покупательский спрос детей и подростков все интенсивнее, и маркетологи преследуют их, как только дети покидают утробу. Часто деньги дают подросткам сами «виноватые» родители, которые пренебрегают ими ради карьеры. В самом деле, в 1998 году подростки потратили рекордные суммы: 141 миллиард долларов – в среднем по 4,548 доллара на каждого!^[85] Кроме того, многие из них свободно расплачиваются карточками. Одну девочку спросили, доверяют ли ей родители кредитную карту, а она громко рассмеялась и сказала: «Я каждый месяц использую весь лимит моей топливной карты^[86], и родители пополняют ее». Она точно не знала свой кредитный лимит, но тратила несколько сотен долларов в месяц на бензин, сигареты и еду, пока ее карту не переставали принимать. «Я знаю, что не могу управлять своей кредитной картой. Я даже не умею пользоваться своим расчетным счетом», – подытожила она^[87].

Наша культура атакует подростков массой асоциальной информации, апеллирует к их слабостям и отсутствию взрослого

суждения. Родители должны перекрыть этот канал. Если родителей нет рядом с детьми в это критическое время, последствия могут стать катастрофическими. Достаточно вспомнить Эрика Харриса и Дилана Клеболда, участников трагических событий в колумбийской средней школе в 1999 году. Эти молодые люди, оставляемые родителями без присмотра на несколько часов ежедневно, пристрастились к интернету и жестоким видеоиграм и в конце концов выплеснули свою агрессию в кровавом веселье в коридорах собственной школы.

Когда подростки изолированы от родителей, они больше подвержены серьезным эмоциональным проблемам, включая самоубийство^[88]. Я думаю, необходимость участия родителей лучше всего выразила Патрисия Герш, автор труда «Семья врозь: путешествие в сердце американского юношества» / *A Tribe Apart: A Journey into the Heart of American Adolescence*. Она сказала: «Каждый ребенок, с которым я подолгу разговаривала, в конце концов сам признавался, что хотел бы видеть больше присутствия взрослых в своей жизни, особенно присутствия своих родителей»^[89].

Так каков же ответ? Он возвращает нас тому, как важно заложить основы уважения родительских прав в первые годы жизни. Без этого фундамента – без трепета, с которым ребенок воспринимает мать и отца, – баланс сил и контроль определенно сместится в сторону младшего бойца.

Как отметила Патрисия Герш, при самых разных отношениях в семье дети отчаянно хотят быть рядом со своими родителями в бурные подростковые годы. В 1999 году Национальное исследование здоровья подростков показало, что те, кто чувствует крепкую связь и кому комфортно с родителями, учителями и другими взрослыми, реже совершают насилие, употребляют наркотики или становятся сексуально распущенными^[90].

Другой национальный опрос подростков, проведенный Фондом Горацио Алджер, показал, что большинство подростков считают снижение роли семьи, наряду с «падением моральных и социальных ценностей», одной из самых больших проблем, с которыми они сталкиваются. Дженнифер Парк, которая помогала подготовить отчет по опросу, пишет: «Семья крайне важна. Это то, что остается неизменным в жизни целого поколения»^[91].

Поделюсь случаем из моей жизни, описанным в книге «Воспитание мальчиков». Когда мне было шестнадцать лет, я начал играть в игры, на которые мама смотрела с тревогой. Я еще не пересек границы, после которой начинался тотальный бунт, но определенно двигался в этом направлении. Мой отец постоянно находился в разъездах, и мама оставалась за главного. Однажды вечером мы поссорились из-за танцев, куда я хотел поехать, а она возражала. Я открыто бросил ей вызов. Я сказал, что все равно поеду, даже если это ей не нравится. Мама притихла, а я гневно развернулся и отправился в свою комнату. В холле я остановился, услышав, как она звонит отцу в другой город. Она просто сказала: «Ты мне нужен».

То, что произошло в ближайшие несколько дней, повергло меня в шок. Отец отменил свой расписанный на четыре года график выступлений и выставил наш дом на продажу. Потом он принял пастырское назначение в тысяче с лишним километрах к югу. Я помню поезд, идущий в Техас, и новый дом в долине Рио-Гранде. Переезд позволил моему отцу быть дома в мои последние два года в старшей школе. В те годы мы вместе охотились, рыбачили и сблизились на всю жизнь. Там, в новой обстановке, у меня появились новые друзья и угас конфликт, который назревал с мамой. Я долго не понимал до конца, какую цену заплатили родители за мое благополучие. Это был очень дорогостоящий для них, с личной и профессиональной точки зрения, шаг, но они достаточно сильно любили меня, чтобы пожертвовать собой в то критически важное время. По сути, они спасли меня. Я карабкался в опасном направлении, и они сняли меня со скалы. Я буду всегда ценить этих прекрасных людей за то, что они сделали.

У этой истории есть продолжение. Мне было трудно найти друзей в новой старшей школе. Я был одинок и чувствовал себя неуютно в городе, который не принимал меня. Мама чувствовала это недружелюбие и в свойственной ей манере переживала вместе со мной. Однажды, спустя две недели после нашего появления в городе, мама взяла меня за руку и вложила в нее бумажку. Она посмотрела мне в глаза и сказала: «Это тебе. Никому не говори. Просто возьми и потрать на себя как хочешь. Это не так много, но я хочу, чтобы ты купил то, что тебе понравится».

Я развернул бумажку – она оказалась двадцатидолларовой купюрой. Это были большие деньги для моих родителей, учитывая стоимость

переезда и небольшую зарплату моего отца. Но независимо от этого, я был во главе их приоритетов в те бурные дни. Мы все знаем, что деньгами друзей не купишь, и двадцать долларов (даже тогда) не изменили моей жизни. Тем не менее мама использовала этот способ, чтобы сказать мне: «Я чувствую то же, что и ты; я знаю, что сейчас трудно, но я твой друг и хочу тебе помочь». Все трудные подростки должны быть такими же везучими, как я, – иметь родителей, которые переживают, и молятся за них, и любят их, даже когда те меньше всего этого заслуживают.

Семья крайне важна. Это то, что остается неизменным в жизни целого поколения.

Я предлагаю родителям браться с открытой душой за коррекцию, необходимую в подростковом возрасте, и делать это без нытья, вздохов, стонов и рычания. Пусть любовь будет вам руководством! Хотя часто это незаметно, но ваш подросток отчаянно хочет быть любимым и чувствовать связь с вами. Гнев не мотивирует подрастающее поколение. Вот почему родитель или учитель, которые могут найти тонкий баланс между любовью и твердой дисциплиной, в конечном итоге завоевывают сердца подростков. Взрослый, который кричит и угрожает, но не любит, будет только распалять подростковый бунт.

Надежда есть. Лоуренс Штейнберг, профессор психологии из Темплского университета, заметил: «Родители застигнуты врасплох [подростковым возрастом]. Они обнаруживают, что инструменты, которыми они раньше пользовались при воспитании детей, перестают работать». Однако он советует родителям продолжать придерживаться прежней тактики – и все наладится. «У меня четырнадцатилетний сын, – пишет Штейнберг. – И когда мы вышли из подросткового возраста, то увидели драматические изменения. Внезапно он снова стал нашим лучшим другом»^[92].

Это приводит нас к еще одному важному пониманию подросткового возраста и детей-бунтарей, находящихся в нем.

6. Будьте щедрыми

Еще одна серьезная ошибка родителей старших подростков (от шестнадцати до девятнадцать лет) – отказ предоставить им независимость и право принимать решение, которых они требуют. Мы склонны держать детей слишком крепко, несмотря на их попытки вырваться. Мы стараемся все решить за них, спрятать их под своим крылом и оградить от возможных неудач. При этом мы загоняем молодых людей в одну из двух деструктивных моделей: либо они пассивно принимают нашу чрезмерную протекцию и остаются зависимыми «детьми» во взрослой жизни, либо восстают, чтобы отвергнуть неволю и наше вмешательство. Они проигрывают по обоим пунктам. С одной стороны, они становятся эмоциональными калеками, которые неспособны к самостоятельному мышлению, а с другой – вырастают в злых взрослых с комплексом вины, разорвавших связи со столь необходимой им семьей. Родители, отказывающие старшим подросткам в соответствующей их возрасту независимости, накликают беду не только на своих детей, но и на себя.

Я повторяю это еще более решительно: американские родители неспособны отпускать детей от себя. Это наблюдение проиллюстрировано в книге «Что на самом деле произошло с классом 65-го?» / *What Really Happened to the Class of '65?*, написанной много лет назад^[93]. Повествование начинается с середины шестидесятых годов, когда журнал *Time* выбрал старший класс средней школы «Палисейдс» в Южной Калифорнии для передовой статьи «Сегодняшний подросток». Редакторы, безусловно, подобрали лучших из лучших.

Эти выпускники, юноши и девушки, жили в одном из самых богатых школьных округов Америки со средним доходом в 1965 году в 42 000 долларов на семью (выше 400 000 долларов по сегодняшнему курсу). В классе учились дети многих известных людей, в том числе Джеймса Арнесса, Генри Миллера, Карла Малдена, Бетти Хаттон, Стерлинга Хейдена и Ирвина Уоллеса^[94]. Эти студенты принадлежали к самому красивому, здоровому, образованному и самому богатому поколению в истории, и они это знали. Неудивительно, что *Time* видел их стоящими «на краю золотой эры», когда они окончили старшую школу и отправились в колледж^[95]. Их будущее сияло, как калифорнийский восход в летний день.

Десять лет спустя два студента этого класса, Майкл Медвед и Дэвид Воллечинский, заинтересовались, что на самом деле *произошло* с оптимистичными молодыми выпускниками школы «Палисейдс». Достигли ли они ожидаемой славы и успеха? В итоге получился увлекательный (хотя и несколько вульгарный) рассказ о поколении много позволяющих себе детей не только из «Пасифик Палисейдс», но со всех концов Соединенных Штатов. В нем отразились основные типажи, населяющие американские средние школы, в том числе великолепная чирлидер^[96], крутой адвокат, интеллеktуал, тупица, ботаник, красавчик, кокетка, неудачник и неукротимая девчонка (которая якобы переспала с четыреста двадцатью пятью парнями, а потом сбилась со счета). Одна за другой раскрывались их частная жизнь и личные истории^[97].

Как оказалось, класс 1965 года был далек от «золотой эры» и исковеркан личными трагедиями и эмоциональными волнениями. Студенты, окончившие старшую школу в том году, рисковали стать самым нестабильным и потерянным поколением в нашей стране. Через несколько недель после вручения им аттестатов наши города запылали в огне долгого и жаркого лета расовой розни. Оно ознаменовало начало будущего хаоса. Они поступили в колледжи в то время, когда злоупотребление наркотиками было не только широко распространено, но и типично как для студентов, так и для преподавателей. Интеллектуальные занятия пали первой жертвой этого наркотического климата. Война во Вьетнаме вскоре нагрела страсти кампуса до высшего градуса ненависти, порождая гнев и презрение к правительству, президенту, военным, обеим политическим партиям и, по сути, к американскому образу жизни. Эта враждебность привела к взрывам бомб, беспорядкам и сожжению зданий «истеблишмента».

Это поколение студентов колледжей стало свидетелем жестокого убийства их кумира Джона Кеннеди, когда им едва исполнилось шестнадцать лет. Затем они потеряли еще двух любимых героев, Роберта Кеннеди и Мартина Лютера Кинга. За этими убийствами последовали уличные войны, которые перемежаются с Демократической Конвенцией 1968 года и убийствами студентов в Кентском государственном университете. Жестокие конвульсии достигли своей кульминации после военного набега президента Никсона на Камбоджу, что практически закрыло американские

кампусы. Все меньше остается людей, которые пережили и помнят те бурные дни, как лезвие ножа разделившие западную культуру на то, что было раньше, и то, что нам осталось.

Социальные потрясения той эпохи сопровождались распадом морально-этических принципов, причем таким, какого не знала история человечества. Рухнуло все сразу, не осталось никаких ценностей. Никаких стандартов. Никаких правил. Не было традиционных верований, на которые можно было бы опереться. Нельзя было доверять никому из тех, кому за тридцать. Некоторые богословы с горящими глазами выбрали этот момент замешательства, чтобы объявить о смерти Бога. Это было тяжелое время для молодых – время бесцельного поиска на ощупь своего подлинного лица и места под солнцем. Так выглядела социальная обстановка для студентов, которые поступили в колледжи или влились в рабочий класс в конце 1960-х.

Класс '65 получил от этой культурной революции прямо в лоб, и их дальнейшая жизнь отразила эпоху. Они перепробовали все грязные и отвратительные подношения общества, лишенного ценностей. Они подсели на героин, ЛСД, барбитураты и алкоголь. Они познали распавшиеся браки, сексуальную экстравагантность и эксперименты в личной жизни. Они произвели на свет нежеланных детей, у которых не было ни малейшего шанса получить достойное воспитание. К 1978 году, когда я написал первое издание книги «Мой маленький бунтарь», 11 % из класса «Палисейдс» отбыли срок в тюрьме и один человек (самый популярный в школе «красавчик») совершил самоубийство. По меньшей мере восемнадцать учеников класса были госпитализированы для прохождения психиатрического лечения. Бывший учитель из средней школы «Палисейдс» охарактеризовал десятилетие с 1965 по 1975 год как «самые печальные годы столетия»^[98]. Я, разумеется, согласен с этим.

Все меньше остается людей, которые пережили и помнят те бурные дни, как лезвие ножа разделившие западную культуру на то, что было раньше, и то, что нам осталось.

Я так подробно описываю эту депрессивную эпоху, чтобы указать на ошибки, допущенные в тот период. К сожалению, условия,

приводящие к ним, сохраняются и сегодня! Ошибочные нормы не только одобрялись разрушительными социальными силами – они также были вызваны родительской неспособностью позволить «классу 1965 года» повзрослеть. Хотя старшее поколение очень мало влияло на сыновей и дочерей после окончания учебы, тем не менее они не смогли отпустить их от себя и предоставить им независимость. Удивительная закономерность проходит через всю книгу: мамы и папы вытаскивают своих детей из тюрем, оплачивают их счета, создают возможность не работать, всячески стараются вернуть их домой, чтобы снова жить вместе. Они предлагают массу советов, о которых никто не просил, в дополнение к незаслуженным и неоцененным материальным дарам. Результат оказался катастрофическим.

Как избежать подобных ошибок с вашим ребенком, и особенно с вашим сыном или дочерью с характером? Это очень важный вопрос, потому что чем они больше бунтуют и расстраивают вас, тем более вероятно, что вам придется слишком много отдавать, терпеть, советовать спасать. Эти промахи сводятся к общей линии поведения, когда слишком крепко держишь, хотя нужно отпустить. При этом вы рискуете сделать эмоциональных калек из ваших недавно повзрослевших детей. Так поступили родители в «Палисейдс» в конце шестидесятых. Но вы можете не повторить их ошибок.

Начните подготовку ребенка к окончательному освобождению от своего контроля с младенчества, то есть до того, как установятся отношения зависимости. К сожалению, естественная склонность родителей заставляет их поступать наоборот. Домина Реншоу писала:

Может быть, ребенок не очень аккуратно поест сам, кое-как оденется, не так чисто помоеется и красиво причешется. Но пока его мама не научится сдерживать свои порывы и позволять малышу поплакать и попытаться сделать что-то самому, она будет излишне стараться, а момент независимости – откладываться^[99].

Процесс предоставления независимости должен продолжаться на протяжении всей начальной школы. Родителям следует отпускать детей в летние лагеря, даже если для них безопаснее оставаться дома. Пусть ребенок переночует у друга, если его пригласили. Дети должны сами застилать постель, заботиться о своих животных и делать уроки.

Короче, от родителей требуется расширять свободу и ответственность из года в год, так что когда ребенок выходит за рамки контроля, он уже не нуждается в нем.

Если эта задача решается правильно, старшеклассник должен быть в значительной степени свободен от родительской опеки, хотя он все еще живет с ними. Я поделюсь еще одним личным примером. Это произошло в мой последний год дома. Мне было семнадцать лет, и родители решили проверить мою самостоятельность, отправившись в двухнедельную поездку. Они оставили мне семейную машину и разрешили пригласить друзей (юношей) провести четырнадцать ночей в нашем доме. Помню, я удивился очевидному риску, на который они шли. Я мог бы устроить четырнадцать диких вечеринок, разбить машину и разнести дом в щепки. Честно говоря, я задавался вопросом, мудро ли они поступают, предоставляя мне такие широкие полномочия. Я вел себя достаточно ответственно (хотя наш дом и пострадал в результате шумных игр). Когда я уже вырос и женился, я спросил маму, зачем она так рисковала, оставив меня без присмотра на две недели. Она улыбнулась и ответила: «Потому что я знала: через год ты отправишься в колледж, где будешь полностью свободен и никто не подскажет тебе, как себя вести. Я хотела показать тебе эту независимость, пока ты еще оставался под моим влиянием». Здесь снова проявилась ее интуитивная мудрость. Она готовила меня к окончательному освобождению от контроля родителей, который часто заставляет чересчур опекаемого молодого человека вести себя глупо в тот момент, когда он лишается тяжелой властной руки.

Наша задача как родителей в том, чтобы ничего не делать за мальчиков и девочек, если они могут получить пользу, делая это сами. Признаю сложность реализации этой политики. Наша глубокая любовь к детям делает нас чрезвычайно чувствительными к их потребностям. Жизнь неизбежно приносит боль и горе маленьким людям. И нам больно, если больно им. Когда другие смеются над ними, когда они чувствуют себя одинокими и отвергнутыми, терпят неудачу в чем-то важном, плачут по ночам от страха за свою жизнь – эти испытания нам, наблюдающим со стороны, кажутся невыносимыми. Мы хотим подняться над ними могучим щитом, чтобы защитить их от ударов жизни, и крепко прижимать их к себе, уютно устроив в наших объятиях. Но бывают ситуации, когда мы должны позволить им

бороться. Дети не могут расти, не рискуя. Малыши не научатся ходить, не падая. Студенты не получают образования, не сталкиваясь с трудностями. Подросток не войдет во взрослую жизнь, пока мы не освободим его из-под нашей опеки. Но, как я уже указывал, людям в западном мире трудно позволить своему потомству сталкиваться с рутинными проблемами повседневной жизни. Это было характерно для представителей класса 1965 года, чьи родители не давали им решать собственные проблемы, выполняя всю работу за них и не обеспечив им нравственную и духовную основу.

Позвольте мне предложить вам три правила на время прощания с детством. Первое просто: *Будьте щедрыми*. Оно означает, что мы по-прежнему заботимся о результатах в раннем взрослом возрасте, но не должны слишком сильно давить на наших детей. Наша хватка расслабляется. Нам следует молиться за них, любить их и даже давать им советы, когда они ищут их. Но ответственность принимать личные решения теперь лежит на самих молодых людях, и они также должны принимать последствия своего выбора.

Еще одна фраза, выражающая аналогичную концепцию, – *«Пусть они будут рядом, но отпустите их»*. По сути, это и есть тема моей книги. Родители должны быть глубоко вовлечены в жизнь своих детей, обеспечивая им любовь, защиту и власть. Но когда дети находятся в конце подросткового возраста или в начале взрослого, дверь клетки открывается для выхода во внешний мир. Это самое страшное время для родителей, особенно для христианских матерей и отцов, которые заботятся о духовном благополучии своей семьи. Тяжело ждать ответа на вопрос: «Правильно ли я их воспитал?» Существует тенденция сохранять контроль в попытке избежать неправильного ответа. Тем не менее наши сыновья и дочери, скорее всего, сделают правильный выбор, если им не придется бунтовать против нашего вмешательства в их независимость.

Третьим направлением могла быть статья одна из притч царя Соломона, хотя она и не фигурирует в Библии. В ней говорится: *«Если ты любишь что-то, отпусти это. Если оно вернется к тебе, то оно твое. Если оно не вернется, тогда оно вообще никогда не было твоим»*. В этом маленьком афоризме содержится великая мудрость. Он напоминает мне один день несколько лет назад, когда щенок дикого койота пробежал перед нашим домом в Южной Калифорнии. Он

заблудился в жилом районе, спустившись с близлежащих гор. Мне удалось поймать его на заднем дворе, где я загнал его в угол. Через пятнадцать-двадцать минут я смог нацепить на него ошейник с поводком. Он боролся с петлей изо всех сил, прыгал, подскакивал, пытался перегрызть ремень и натягивал поводок. Наконец в изнеможении он подчинился неволе. Он был моим пленником, к радости соседских ребятишек. Я продержал маленького негодяя у себя целый день и собирался сделать из него домашнего питомца. Но когда я связался с организацией, занимающейся койотами, они сказали, что шансы приручить этого дикаря слишком малы. Да, я мог бы держать его на цепи или в клетке, но он никогда бы не принадлежал мне. Тогда я попросил вернуть ушастого зверя на его территорию в каньонах. Его дружба не нужна была мне, раз я не мог оставить его у себя по его доброй воле.

**Жизнь неизбежно приносит боль и горе маленьким людям.
И нам больно, если больно им.**

Я хочу сказать, что любовь требует свободы. Это верно не только для отношений между животными и людьми, но и во всех межличностных отношениях. Например, самый быстрый способ разрушить романтическую любовь между мужем и женой – когда один партнер возводит стальную клетку вокруг другого. Я видел, как сотни женщин безуспешно требовали от мужей любви и верности. Это не работает. Вернитесь к своему опыту знакомства до брака. Вы помните, как любые романтические отношения рушились, когда один партнер начинал бояться потерять другого, звонил по шесть или восемь раз на дню и прятался за деревьями, чтобы увидеть соперника? Этот спектакль с выкручиванием рук опустошает отношения, построенные на чистой влюбленности, в считанные дни. Повторяю: *любовь требует свободы*.

Зачем еще Бог дал нам выбор: либо служить Ему, либо отвергать отношения с Ним? Почему Он дал Адаму и Еве возможность съесть запретный плод в Райском саду, а не вынудил их к послушанию? Почему Он просто не сделал мужчин и женщин рабами, которые были бы запрограммированы молиться у Его ног? Ответы – в самой сути любви. Бог дал нам свободный выбор, потому что нет смысла в любви,

не знающей альтернативы. Только когда мы приходим к Нему, потому что жадно ищем Его общения и причастия, отношения действительны. Разве не в этом смысл стихов 8:17: «Я люблю тех, кто любит меня; и те, кто ищет меня, скоро обретут меня»? Это любовь, которую может породить только свобода. Ее нельзя требовать или принуждать к ней, нельзя запрограммировать против нашей воли. Это может быть только плод свободного выбора, концепции, которая почитается даже Всевышним.

Применение этого подхода к старшим подросткам и молодым взрослым должно быть очевидным. Наступает момент освобождения, когда мы больше не числимся в книгах учета как родители и больше не воспитываем. Как я поступил с молодым койотом, так и мы должны отстегнуть поводок и снять ошейник. Если ваш ребенок убежит, он убежит. Если она выходит замуж не за того человека, она выйдет замуж не за того человека. Если он принимает наркотики, он будет принимать наркотики. Если наши дети идут не в ту школу, отвергают веру, отказываются работать или растрачивают себя на спиртное и проституток, им должно быть позволено сделать этот деструктивный выбор. Но не наша задача оплачивать счета, смягчать последствия или поддерживать их глупость.

Подростковый возраст – нелегкое время для любого поколения. Он может быть просто ужасным. Но ключ к выживанию в этот эмоциональный период в том, что сначала закладывается фундамент, а потом происходит мужественная встреча с возрастом. Даже бунт подростка может быть здоровым фактором. Он помогает ребенку-иждивенцу превратиться в зрелого взрослого, равного своим родителям. Без этого трения нездоровое отношение триады «мама-папа-ребенок» продолжится во взрослой жизни с серьезными последствиями для будущей семейной гармонии. Если напряжение между поколениями не было бы частью Божественного плана человеческого развития, оно не распространилось бы так повсеместно даже в домах, где любовь и власть поддерживаются в надлежащем балансе. И помните, что миллиарды других родителей прошли такой же путь от детства до подросткового возраста и дальше. Большинство из них выжили. И вы выживете тоже!

7. Прежде всего познакомьте своих детей с Иисусом Христом, а потом – с основами своей веры. Это работа № 1

Этот совет актуален для христианских родителей как бунтарей, так и послушных детей. Ваш основной долг – дать детям непоколебимую веру в Иисуса Христа. Что может быть важнее для сохранения семейных ценностей в будущем? Какая огромная задача!

Если спасение наших детей действительно жизненно важно для нас, то их духовное воспитание должно начаться прежде, чем они поймут, что это значит. Пусть они растут, видя своих родителей на коленях перед Богом, разговаривающих с Ним. Они никогда не забудут то, что видели и слышали. Даже если они отвергнут веру позже, семена, посаженные в то время, останутся с ними на всю жизнь. Вот почему нам поручено «воспитывать их в учении и наставлении Господнем» (Ефессянам 6:4).

Мне повезло расти с родителями, которые понимали этот принцип. Когда я стал старше, они рассказали мне, что я пытался молиться раньше, чем научился говорить. Я смотрел, как они разговаривают с Богом, и пытался подражать звукам, которые слышал. В трехлетнем возрасте я принял осознанное решение стать христианином. Вы можете подумать, что это невозможно, но это правда. Я хорошо помню тот момент. Я был на вечернем воскресном богослужении и сидел с мамой у самого выхода. Мой отец был пастором, и он пригласил желающих помолиться у алтаря. Пятнадцать или двадцать человек прошли вперед, и я спонтанно присоединился к ним. Я помню, как плакал и просил Иисуса простить мои прегрешения. Я знаю, это звучит странно, но именно так и было. Меня охватывает волнение, когда я думаю об этом сегодня. Представьте себе, Царь Вселенной, Творец неба и земли заботится о ничтожном ребенке, едва вышедшем из младенчества! Возможно, это звучит неубедительно, но я знаю, что Он встретил меня у алтаря.

Не каждый ребенок отреагирует на веру так рано и драматично, и, конечно, это не обязательно. Одни более чувствительны к духовным вопросам, чем другие, и все должны развиваться в своем темпе. Но ни в коем случае мы, родители, не можем отстраненно или нейтрально относиться к обучению наших детей. Пусть их мир искрится ссылками на Иисуса и нашу веру. Об этом говорится в книге Второзакония 6:6–9: «И да будут слова сии, которые Я заповедую тебе сегодня, в сердце

твоим. И внушай их детям твоим и говори о них, сидя в доме твоём и идя дорогою, и ложась и вставая; и навяжи их в знак на руку твою, и да будут они повязкою над глазами твоими, и напиши их на косяках дома твоего и на воротах твоих».

Миллиарды других родителей прошли такой же путь от детства до подросткового возраста и дальше. Большинство из них выжили. И вы выживете тоже!

Я верю, что эта заповедь от Господа – один из важнейших отрывков для родителей во всей Библии. Он учит нас окружать детей благочестивым учением. Духовные вещи нельзя оставлять только для воскресного утра или для молитвы перед сном. Они должны пронизывать все наши разговоры и суть нашей жизни. Почему? Потому что дети наблюдают за каждым нашим шагом в свои ранние годы жизни. Они хотят знать, что для нас важнее всего. Если мы надеемся вселить в них веру, которая останется с ними на всю жизнь, они должны видеть и чувствовать нашу любовь к Богу.

Напоминаю вам, что дети ничего не пропускают, составляя мнение о своих родителях. Если вы только наполовину тверды в вере, они быстро это обнаружат. Любое этическое слабое место, любая нерешительность с вашей стороны будет замечена и пустит корни в душах детей. Нравится вам это или нет, но мы на крючке. Их вера или их неверие обычно отражают наши убеждения. Как я уже сказал, дети в конечном итоге сделают свой выбор и пойдут своим путем, но на эти решения будет влиять заложенный вами фундамент.

Это подводит меня к другому чрезвычайно важному, хоть и спорному вопросу. Я твердо убежден в необходимости рассказывать детям о Божьем гневе и суде, пока они маленькие. Нигде в Библии мы не получаем указаний пропустить неприятные отрывки из Священных Писаний в ходе обучения. Возмездие за грех – смерть, и дети имеют право знать это.

Помню, как мама читала мне историю о Самсоне, когда мне было около девяти лет. После того как этот могучий воин впал в грех, как вы помните, филистимляне выкололи ему глаза и обращались с ним как с простым рабом. Через некоторое время Самсон покаялся перед Богом и был прощен. Бог даже вернул ему его потрясающую силу. Но мать

заметила, что он не получил обратно зрения и никогда больше не жил на свободе. Самсон и его враги погибли вместе, когда Храм обрушился на них.

«Грех приносит ужасные последствия, – торжественно сказала она мне. – Даже если ты покаешься и получишь прощение, ты все равно будешь страдать за нарушение законов Божьих. Они существуют, чтобы защитить тебя. Если ты бросаешь им вызов, ты заплатишь за свое неповиновение».

Затем она рассказала мне о гравитации, одном из Божьих физических законов. «Если ты прыгнешь с десятиэтажного здания, можешь быть уверен, что разобьешься, как только ударишься о землю. Это неизбежно. Знай, что нравственные законы Бога так же реальны, как физические. Ты не можешь нарушать их и не быть наказанным рано или поздно».

Наконец она рассказала мне о рае и аде и Великом Судном дне, когда те, кто был покрыт кровью Иисуса, будут отделены навеки от тех, кто не был. Это произвело на меня глубокое впечатление.

Многие родители не согласятся с решением мамы познакомить меня с природой греха и его последствиями. Они говорят: «О, я бы не хотел рисовать моим детям такую негативную картину. Я хочу, чтобы они думали о Боге как о любящем отце, а не как о гневном судье, который наказывает нас». Поступая таким образом, они скрывают часть истины от своего ребенка. Он и Бог любви, и Бог суда. В Библии сто шестнадцать раз говорится: «Бойтесь Господа». Кто разрешил нам пропускать эти слова, когда мы объясняем детям, кто такой Бог?

Я благодарен, что мои родители и церковь не побоялись рассказать мне о предостережениях, изложенных в Писании. Понимание греха и его последствий помогло мне сохранить нравственность, когда я мог бы впасть в сексуальный соблазн. Библейская вера была контрольно-пропускным пунктом, за пределы которого я не хотел выходить. К тому времени я уже не боялся родителей. Я мог бы обмануть их. Но я не мог уйти от всевидящего ока Господа. Я знал, что буду отвечать перед Ним.

Трудно переоценить важность воспитания Божественной ответственности, особенно у детей-бунтарей. Раз они стремятся проверять границы и нарушать правила, им крайне необходим внутренний стандарт, направляющий их поведение. Не все последуют

ему, только некоторые. Но воспитывая этот стандарт, будьте осторожны: темы любви и справедливости должны находиться в равновесии, когда вы рассказываете детям о Боге. Если вы склоните чашу весов в ту или другую сторону, вы исказите истину и создадите путаницу там, где понимание имеет первостепенное значение.

ВОПРОСЫ И ОТВЕТЫ

В: Какой год самый сложный при воспитании подростка-бунтаря?

О: Судя по опросу 35 тысяч родителей, самый боевой год – когда ребенку восемнадцать. Мальчик или девочка в конце подросткового периода чувствуют себя «взрослыми», поэтому их возмущает даже упоминание о родительском руководстве или власти. Не имеет значения, что молодые люди живут у мамы и папы и питаются за их столом. Подростки испытывают сильное желание сказать: «Отстаньте от меня!» Второй по сложности год – шестнадцатый, и третий – четырнадцатый. Эти выводы не универсальны, у каждого подростка свой критический возраст, но, как правило, эти три года вызывают больше всего конфликтов и возмущений. По мере взросления молодого человека ситуация быстро налаживается.

В: Какое наказание вы рекомендуете для подростка, жизнь с которым – просто беда?

О: Здесь мы возвращаемся к тому, что я писал об использовании действия для получения результата, вместо того чтобы использовать гнев для получения результата. Действие – один из немногих инструментов, доступных с очень импульсивными подростками. В любое время вы можете заставить их делать то, что нужно, и при этом не выходить из себя. Вы играете на опережение. Позвольте мне привести несколько примеров того, как этого можно достичь.

1. Мне говорили, что в России подростков, обвиненных в употреблении наркотиков, лишают водительских прав на несколько лет. В США законодатели Мичигана недавно приняли закон, запрещающий студентам получать права, если их когда-либо

задерживали за ложное сообщение о заложенной бомбе^[100]. Обе тактики оказались эффективными.

2. Когда моя дочь была подростком, она проскальзывала в мою ванную комнату и забирала мои бритву, крем для бритья, зубную пасту или расческу. Конечно, она не приносила их назад. Затем она уходила в школу, а я обнаруживал, что чего-то не хватает, и с нечесаными волосами и нечищеными зубами пытался найти конфискованные предметы в ее ванной. Проблема небольшая, но это очень раздражало. Можете себе представить?

Я просил Данаю не делать этого, но без толку. И однажды холодным утром призрак (это был я) проник к ней без предупреждения. Я спрятал всю ее косметику и уехал в офис. Жена потом рассказывала, что никогда прежде не слышала таких воплей и стонов. Моя проблема была решена.

3. Семья, живущая в доме с небольшим резервуаром для подогрева воды, постоянно страдала из-за манеры их сына принимать душ. Всем, кто следовал за ним, оставалась холодная вода. Крики не помогали. Он закрывался в ванной и застревал там до последней капли горячей воды. Решение? Папа перекрыл кран резервуара, когда сын мылся. Из душа внезапно хлынула холодная вода. Ребенок выскочил из душевой в считанные секунды.

4. Мать-одиночка не могла заставить дочь вставать по утрам, пока не объявила о новой политике: горячая вода будет отключаться ровно в 6:30 утра. Девочка либо вовремя встает, либо моется ледяной водой. У другой матери были такие же проблемы с восьмилетним сыном. Тогда она стала подбрасывать ему под одеяло ледяные мраморные шарики. Они скатывались в центр кровати, и сонный мальчик поднимался довольно быстро.

5. Вместо того чтобы стоять на стоянке и кричать на студентов, слишком быстро разъезжающих по школьной парковке, администрация построила огромные бугры на дороге, и те, кто их игнорирует, здорово скрипят зубами.

6. У вас есть машина, которая нужна подростку, деньги, которые он просит, и полномочия раздавать привилегии или лишать их. Если дело доходит до противостояния, эти фишки можно обменять на обязательства: жить ответственно, помогать по дому и держаться подальше от младшего брата. Такой торг уместен и с маленькими

детьми. Мне нравится взаимный компромисс по просмотру телевизора: позволяйте ребенку смотреть одну минуту телевидения за каждую минуту, проведенную за чтением.

Возможности безграничны.

В: Моя шестнадцатилетняя дочь сводит меня с ума. Она неуважительно ведет себя, эгоистична и вечно кричит. Ее комната выглядит как свинарник, и она совершенно не старается в школе. Все, чему я ее учила, кажется, влетело в одно ухо, а через другое вылетело. Что еще мы с мужем можем сделать сейчас?

О: Я собираюсь предложить вам несколько советов, которые могут, на первый взгляд, не иметь смысла и не касаться проблемы, которую вы описали. Но послушайте меня. Лучшее, что вы можете сделать для своей дочери, – просто дать ей пройти через все это. Концепция немного неясна, но я сейчас все объясню.

Представьте, что ваша дочь катается на небольшом каноэ под названием «Половое созревание» по реке Подростков. Скоро она подойдет к бурной, с белыми барашками воде, которая сильно раскачает ее лодочку. Существует вполне реальная опасность, что она опрокинется и утонет. Даже если ей удастся миновать сегодняшние пороги, она рискует попасть в водоворот ниже по течению и погрузиться в водопад. Это чувствуют миллионы родителей, чьи дети стараются удержаться на плаву на дикой реке. Падения – вот что вызывает у них главный страх.

Действие – один из немногих инструментов, доступных с очень импульсивными подростками.

На самом деле путешествие вниз по реке намного безопаснее, чем представляется. Вода со временем переходит от пугающих порогов к спокойствию. Поэтому я верю, что с вашей дочерью все будет в порядке, хотя сейчас она плещется, колотится и хватает воздух ртом. Ее маленькая лодка более устойчива, чем вы думаете. Да, некоторые подростки действительно проходят через падения, обычно из-за злоупотребления наркотиками или чем-то другим, вызывающим привыкание. Но и среди этих детей есть те, что залезают обратно в каноэ и гребут дальше. Большинство из них восстановит равновесие

через несколько лет. Фактически, самая большая опасность потопить лодку исходит от родителей!

Философия, которую мы применяли с нашими подростками (а вы можете попробовать ее на себе), можно назвать «ослабить и затянуть». Мы пытались ослабить хватку на всем, что не имело влияния на отдаленное будущее, и затягивали то, что имело. Мы говорили «да» всегда, когда могли оказать поддержку, и только иногда – «нет». И самое главное, мы старались никогда не отдаляться от наших детей эмоционально.

Просто неразумно списывать со счетов сына или дочь, независимо от того, какими глупыми, раздражающими, эгоистичными или безумными они могут показаться. Вам нужно быть рядом с ними не только когда его или ее каноэ опасно подпрыгивает, но и когда река спокойно течет. У вас впереди целая жизнь, чтобы восстановить отношения, которые сейчас находятся под угрозой. Не давайте гневу терзать вас слишком долго. Сделайте первый шаг к примирению. И, наконец, будьте уважительными, даже когда наказание или ограничения необходимы.

А потом дожидайтесь спокойного течения в начале двадцатилетнего возраста.

В: Дайте мне прямой ответ: как легче пережить бурные годы моих троих подростков-бунтарей?

О: Родителям, чьи дети находятся в середине бурного подросткового периода, я давно рекомендую сохранять «армейский резерв». Что это значит? Хороший генерал никогда не отправит все свои войска сражаться одновременно. Он придерживает резервные силы, которые поддержат обессилевших солдат, дрогнувших на линии фронта. Я хочу, чтобы родители подростков осуществляли ту же стратегию. Вместо этого они тратят каждую каплю энергии и каждую секунду на то, чтобы выжить, ничего не оставляя про запас на главную схватку века. Это классическая ошибка, которая может стать роковой для родителей подростков-бунтарей.

Проблема начинается с основного ошибочного представления в дошкольные годы детей. Матери говорят: «Я не планирую работать, пока дети не в детском саду. А потом я найду работу». Они считают, что трудности закончатся волшебным образом, как только малыши

окажутся в школе. На самом деле подростковые годы будут такими же напряженными, как дошкольная эпоха. Подросток переворачивает дом вверх дном... буквально и фигурально. Не только типичный бунт тех лет, но обязанности шофера, няни, повара и уборщицы, необходимые для поддержки подростка, могут быть утомительными. Кто-то в семье должен сохранить силы, чтобы справиться с новыми задачами. Обычно выбор падает на маму. К тому же менопауза и кризис среднего возраста мужчины часто совпадают по времени с подростковым периодом ребенка, что создает просто гремучую смесь! Мудра та мать, которая не исчерпает все свои силы до того момента, когда так много всего начинает происходить дома.

Воспитание шумных подростков – захватывающий и одновременно благодарный процесс, но он все равно несет опыт разочарования.

Я знаю, что легче говорить о ненапряженном графике, чем его обеспечить. Также нецелесообразно рекомендовать всем матерям не искать работу на это время. Миллионы женщин вынуждены работать по экономическим причинам, включая и рост числа родителей-одиночек в нашем мире. Другие предпочитают заниматься карьерой. Решение должно быть принято женщиной и ее мужем, и я не буду диктовать им, что делать.

Но все решения имеют неизбежные последствия. Если, например, 80 % доступной женщине в день энергии тратится на одевание, дорогу на работу, выполнение служебных обязанностей в течение восьми или десяти часов и покупка продуктов по дороге домой, то для всего остального остается всего лишь 20 %. Уход за семьей, приготовление пищи, уборка, общение с мужем и другие аспекты личной жизни приводятся в действие этим сокращенным ресурсом. Неудивительно, что ее запас энергии полностью расходуется к концу дня. Выходные должны быть спокойными, но обычно это не так. Таким образом, она на протяжении многих лет движется к выгоранию.

Женщина в этой ситуации уже бросила все свои силы в бой на передовой. У нее нет резерва, чтобы вызвать его на помощь. В таком ослабленном состоянии рутинные стрессы воспитания подростка становятся огромными. Повторяю еще раз: воспитание шумных

подростков – захватывающий и одновременно благодарный процесс, но он все равно несет опыт разочарования. Их радикальные взлеты и падения влияют на наше настроение. Шум, беспорядок, жалобы, ссоры, соперничество братьев и сестер, опоздания домой, затоптанные полы, разбитые машины, несданные экзамены, брошенные любовники, плохие друзья, занятый телефон, пицца на ковре, рваная новая рубашка, бунт, хлопающие двери, злобные слова, слезы – все это способно свести с ума даже отдохнувшую мать. Что уж говорить о работающей женщине, которая уже потратила силы в офисе и пришла домой к этому хаосу? Любой непредвиденный кризис и даже незначительный раздражитель может вызвать поток эмоций. Нет резерва, на который можно опереться. Короче говоря, родители подростков должны сэкономить немного энергии, которая поможет справляться с обострениями!

Сможете ли вы принять и реализовать любой из этих советов – ваше дело. Мое дело – предложить. Чтобы вы могли справиться с завихрениями отрочества, вам следует:

1. Делать свой распорядок дня простым.
2. Много отдыхать.
3. Хорошо питаться.
4. Молиться.

Когда усталость заставляет взрослых действовать как вспыльчивые подростки, дома может произойти все что угодно.

В: Моему сыну сейчас шестнадцать лет. Мы жалеем, что не привили ему раньше принципы, о которых вы говорите. Он везде разбрасывает одежду, отказывается помогать по дому и вообще портит жизнь всем остальным. Есть ли надежда на формирование его воли в столь позднем возрасте?

О: Если какой-то подход и позволит подзарядить его севшие аккумуляторы, мотивируя жить в рамках правил, так это программа «Стимул – антистимул» с некоторым разнообразием. Вот какие три шага помогут инициировать такую систему:

1. Решите, что важно для подростка в качестве стимула. Для шестнадцатилетнего, только что получившего права, два часа вечернего свидания с разрешением взять семейный автомобиль могут

стоять всех сокровищ мира. (Но это может оказаться и самым дорогим стимулом в истории, если молодой водитель не совсем уверенно держится за рулем.) Денежная надбавка – другой доступный источник вдохновения. У подростков велика потребность в наличных деньгах. Обычное свидание со старшеклассницей Хелен обходится в двадцать долларов, а бывает гораздо больше. Еще один стимул – модный предмет одежды, который выходит за рамки обычного бюджета. Предложить ему или ей такую роскошь – удачная альтернатива нытью, плачу, попрошайничеству, жалобам и пристаиваниям, которые при другом раскладе все равно имели бы место. Мама объясняет: «Конечно, ты можешь получить лыжный свитер, но тебе придется его заработать». Договорившись о приемлемом стимуле, можно делать второй шаг.

2. Оформите договор – это отличное средство определения общей цели. Он подписывается родителем и подростком и может включать систему баллов, которая позволяет добиться цели в разумные сроки. Если вы не можете прийти к соглашению о баллах, допустимо прибегнуть к помощи внешней стороны. Рассмотрим пример соглашения, в котором Маршалл хочет iPod, но его день рождения только через десять месяцев, а собственные деньги уже потрачены. Стоимость плеера составляет примерно 150 долларов. Отец соглашается купить девайс, если Маршалл заработает 10 тысяч баллов в течение следующих 6–10 недель, выполняя различные задания. Многие из них намечены заранее, но список можно дополнять, по мере того как появляются другие возможности:

- а) уборка кровати и наведение порядка в комнате каждое утро 50 баллов
- б) каждый час, потраченный на подготовку к школьным урокам 150 баллов
- в) час работы по дому или во дворе 300 баллов
- г) приход на завтрак или ужин вовремя 40 баллов
- д) присмотр за младшими братьями или сестрами (без возникновения конфликта) 150 баллов/час
- е) еженедельное мытье машины 250 баллов
- ж) подъем в 8.00 в субботу утром 100 баллов

Эти принципы почти универсальны, но методы будут отличаться. Даже не прибегая к богатому воображению, вы можете составить список работы по дому и систему баллов, которые работают в вашей семье. Важно отметить, что баллы можно получать за сотрудничество и терять за упрямство. Неразумное поведение наказывается пятьюдесятью баллами и более. (Однако наказания должны быть справедливыми и не слишком частыми, или рухнет вся система.) Также за особенно похвальное поведение могут быть начислены бонусные баллы.

3. Наконец, определитесь с методом немедленного вознаграждения. Помните, что своевременное поощрение обеспечивает лучшие результаты. Оно необходимо для поддержания интереса подростков, когда они приближаются к конечной цели. Возможно нарисовать диаграмму типа «термометр», а сбоку от нее – шкалу с баллами. В верхней части метка «10 тысяч баллов», рядом – картинка iPod или другого вознаграждения. Каждый вечер дневные баллы суммируются, и красная часть термометра вытягивается вверх. Устойчивый краткосрочный прогресс может принести Маршаллу бонус, что-то вроде компакт-диска любимого музыканта или другую привилегию. Если он перестанет мечтать об iPod, баллы могут быть перенаправлены на другую покупку. Например, 5 тысяч баллов – это 50 процентов от 10 тысяч, они составляют 75 долларов для другой покупки. Но не давайте своему ребенку награду, если он ее не заработает. Это сведет на нет смысл стимулирования. Точно так же не откладывайте вручение заработанного приза, как только цель достигнута.

Эта система не безусловна. Ее следует адаптировать к возрасту и зрелости подростка. Одного оскорбит такой подход, другой испытает полный восторг. Используйте свое воображение и проработайте детали вместе с сыном или дочерью. Это предложение сработает не с каждым подростком, но некоторые найдут его интересным. Удачи вам.

Глава 11

Воспитание ребенка с синдромом дефицита внимания и гиперактивности

Мы подошли к теме, очень актуальной для родителей тех детей-бунтарей, у которых также наблюдается состояние, известное как синдром дефицита внимания и гиперактивности, или СДВГ. Любая физическая проблема, повышающая уровень активности и снижающая самоконтроль, обычно приводит к проблемам с таким ребенком. Ситуация еще больше осложняется, когда мальчик или девочка склонны не подчиняться родительской власти. Сочетание этих характеристик, скорее всего, затруднит жизнь, а в некоторых случаях сделает ее очень напряженной для матери, отца, братьев, сестер и учителей.

Связь между гиперактивностью и нарушением поведения была зафиксирована клинически. Доктор Билл Майер, штатный психолог передачи «Семья в центре внимания», указал, что от 40 % до 60 % детей с СДВГ могут впадать в состояние, известное как оппозиционное вызывающее расстройство, или ОВР. Оно проявляется в виде постоянных ссор со взрослыми, частой потери самообладания, невыполнения указаний, сознательного раздражения других людей, периодически повторяющегося гнева, обиды, злобности и мстительности^[101]. Будьте уверены, СДВГ и ОВР – гремучая смесь.

Исходя из этого, мы должны детально разобрать СДВГ в нашем обсуждении ребенка-бунтаря. К счастью, уже проведены исследования, имеющие решающее значение. В последние годы опубликовано много книг по теме СДВГ; они написаны учеными и врачами, которые профессионально общались с такими детьми и выступали от их имени. Поэтому мне не нужно вдаваться в подробности – другие источники легко доступны. Вместо этого я предоставляю обзор СДВГ и решение некоторых дисциплинарных вопросов, которые возникают при воспитании упрямых, гиперактивных мальчиков или девочек.

Эпидемия дефицита внимания/гиперактивности служит предупреждением всем нам. Дети нуждаются в индивидуальном подходе.

Во-первых, поговорим о споре вокруг СДВГ. Ведущие ток-шоу, светские обозреватели и многие родители придерживаются определенного мнения об этом расстройстве, и некоторые, самые громкие из них, просто неверны. Неосведомленные люди сказали бы сегодня, что СДВГ – это выдуманный диагноз, не имеющий научного обоснования. Проблемы не существовало бы, если бы родители знали, как призвать детей к ответственности. Но это не так. Конечно, многим родителям не помешало бы понимать, как лучше справляться с детьми, но это уже другой вопрос. СДВГ – физическое и эмоциональное расстройство, которое вовсе не придумано агрессивными медиками. Возможно, его диагностируют слишком часто, но лишь потому, что не существует лабораторных исследований, подтверждающих это состояние. Однако нет и доказательств того, что врачи и родители регулярно «накачивают» детей ненужными медикаментами или что слишком много учителей стремятся лечить школьников, потому что не могут справиться с ними. И хотя имеют место некоторые злоупотребления, эти обобщения неверны и несправедливы.

По моему личному опыту, когда у мальчика или девочки есть это расстройство, оно хорошо заметно и его не нужно выдумывать. Я видел детей с СДВГ даже среди дошкольников. Это турбореактивный двигатель без руля. Они не могут усидеть на месте несколько секунд; кажется, их что-то лихорадочно подталкивает изнутри. Помню двухлетнюю девочку, которую родители привели ко мне на прием в детскую больницу. Малышка в буквальном смысле уселась ко мне на плечи и на голову через нескольких минут после появления в кабинете. Усталость и разочарование читались на лицах ее родителей, которые теряли все силы, гоняясь за маленькой динамо-машиной с утра до вечера. Попробуйте сказать обессиленным мамам и папам, подобным этой паре, что состояние ребенка – плод их воображения. Вы поймете, как задевает их ваша ошибочная гипотеза.

Вместе с тем я помогу разобраться родителям, которые подозревают СДВГ у своего ребенка-бунтаря. Во-первых, мы рассмотрим историю, опубликованную на эту тему в *Time* (1994), – она правдива до сих

пор^[102].

Пятнадцать лет назад никто еще не слышал о синдроме дефицита внимания и гиперактивности. Сегодня это наиболее распространенное поведенческое расстройство у американских детей, тема тысяч исследований и симпозиумов, реальность которой не оспаривается. Эксперты по СДВГ говорят, что он наблюдается у 3,5 миллиона детей и подростков и приблизительно 5 % из них моложе восемнадцати лет. Оно в два или три раза чаще диагностируется у мальчиков, чем у девочек. Новое название заменило то, что раньше называлось «гиперактивностью», и включает в себя более широкий набор симптомов. СДВГ имеет три основных признака: экстремальная способность отвлекаться, почти безрассудная импульсивность и, в некоторых случаях, гиперактивное раскачивание ногой и притопывание, что не дает ребенку спокойно сидеть.

Детей с СДВГ тиканье часов, звуки и виды за окном отвлекают от того, что говорит учитель, хотя увлекательный проект может занимать их часами. Такие дети сначала делают, а потом думают. Они подсказывают на уроках, не в силах промолчать. Они бесят сверстников неспособностью ждать своей очереди или играть по правилам. Это дети, которых никто не хочет видеть на дне рождения.

Картина безошибочна, говорит доктор Брюс Роузман, детский невролог из Нью-Йорк Сити, который сам страдает СДВГ. «Вы спрашиваете у матери: «Каким ребенок был в младенчестве? Он был активным, живым? Его мучили колики?» И она отвечает: «Он не переставал выть». Вы спросите: «Когда он начал ходить?» Одна мама ответила мне: «Ходить? Мой сын никогда не ходил. Он получил лицензию пилота, когда ему был год. С тех пор он ни разу не коснулся ногой земли». Вы спрашиваете: «Миссис Смит, а как насчет ужасного двухлетнего возраста?» И она заплачет: «Вы имеете в виду ужасные два, три, четыре года, жуткие пять лет, кошмарные шесть лет, снова ужасные восемь, ставшие причиной развода девять лет, а потом десять лет под девизом «Я хочу умереть?»»

Нет сомнений в том, что СДВГ может разрушить жизнь. У детей с таким расстройством часто мало друзей. Их родители подвергаются остракизму со стороны соседей и родственников, которые обвиняют их в неспособности контролировать ребенка. «Мои родительские

способности осуждали прохожие, – говорит мать гиперактивного мальчика из Нью-Джерси. – На людях приходится всегда быть начеку. Каждый раз, когда я слышу плач ребенка, я оборачиваюсь, чтобы проверить, не виноват ли в этом Джереми».

Школа может стать тяжелым испытанием для таких детей. Им часто делают замечания и призывают других учеников не обращать на них внимание, а они теряют чувство собственного достоинства и все больше отстают в учебе. Более четверти остаются на второй год; около трети не оканчивают среднюю школу. Дети с СДВГ также подвержены несчастным случаям. Говорит невролог Роузман: «Это дети, которых я увижу в палате экстренной помощи этим летом. Они выехали на велосипеде прямо на проезжую часть и не посмотрели вокруг. Они спрыгнули с палубы и забыли, что она высокая».

Связь между гиперактивностью и нарушением поведения была зафиксирована клинически.

Но психологические травмы часто бывают тяжелее. В возрасте от пяти до семи лет, по словам доктора Рассела Баркли, автора «Обвиняя СДВГ» / *Taking Charge of ADHD*, половина или две трети детей держатся враждебно и вызывающе. От десяти до двенадцати лет у них рискует развиться то, что психологи называют «расстройством поведения»: ложь, воровство, побеги из дома и, в конечном итоге, проблемы с законом. Доктор Баркли говорит, что во взрослом возрасте у 25–30 % из них возникнут проблемы, вызванные злоупотреблением наркотиками, в основном депрессантами, такими как марихуана и алкоголь. Одно исследование гиперактивных мальчиков показало, что 40 % были арестованы по крайней мере один раз до восемнадцати лет. И это были мальчики, которых лечили лекарственными стимуляторами. Среди тех, кого лечили медикаментозно в сочетании с другими мерами, приводы в полицию составили 20 % – тоже высокий уровень.

Исследователи СДВГ выражают уверенность в том, что правильное и своевременное вмешательство может предотвратить ужасные последствия. «Если вы способны влиять на этих детей, то благодаря вам вместо тюрьмы они пойдут в Гарвардскую юридическую

школу», – говорит психолог Джудит Свонсон из Калифорнийского университета в Ирвине...

Независимо от того, является ли СДВГ расстройством мозга или просто типом личности, степень этого недуга определяется окружающей средой. Хорошая школа, работа или домашняя ситуация играют большую роль. Уроки СДВГ банальны: не все дети учатся одинаково. Не все взрослые подходят для одной и той же работы. К сожалению, американское общество, похоже, превратилось в одностороннюю систему. Школы напоминают фабрики: поместите малышей на поточную линию, подключите нужные компоненты и выпроводите их за дверь. Для всех предполагается поступление в колледж; другого пути к успеху практически нет. В другое время и в других местах были альтернативы – ученичество, освоение новых земель, начало бизнеса из гаража, уход в море. В конформистском обществе становится необходимым лечить некоторых людей, чтобы они вписались в систему.

Эпидемия дефицита внимания/гиперактивности служит предупреждением всем нам. Дети нуждаются в индивидуальном подходе. Многим из них требуется больше, чем усредненный набор услуг. Им нужно взвешенное отношение к дисциплине; школы, которые адаптируют преподавание к их возможностям. Взрослые тоже могли бы извлечь пользу из общества, более гибкого в своих ожиданиях, более приспособляющегося к различиям. Важнее всего нам всем сбросить скорость и стать внимательнее^[103].

Эта статья дает нам базовое понимание СДВГ. Звучит довольно страшно, не так ли? Однако не торопитесь с выводом о том, что жизнь вашего ребенка обречена на страдания и неудачи. У меня достаточно много приятных новостей для вас. Отличная книга под названием «Почему СДВГ не означает катастрофу» / Why A. D.H.D. Doesn't Mean Disaster, опубликованная в 2004 году, была написана тремя моими коллегами^[104]. Это доктор Уолт Ларимор, вице-президент медицинской помощи в программе «Семья в центре внимания»; миссис Диана Пассно, один из вице-президентов нашей программы; доктор Деннис Сванберг – священнослужитель, оратор и признанный юморист. Доктор Сванберг и его сын имеют выраженный СДВГ. У Дианы одаренная дочь, Даниэль, которая окончила Дартмут с дипломом инженера. Она была отличницей в школе, произносила

прощальную речь на выпускном вечере и организовывала встречи выпускников. Она также прославилась как чемпионка штата по легкой атлетике и была просто замечательным ребенком. Да, и у нее тоже СДВГ.

Синдром под названием дефицит внимания/ гиперактивность можно превратить в благословение вместо проклятия, в полезное качество вместо помехи.

Авторы рассказывают, как можно успешно прожить с этим расстройством, которое способно стать настоящим достоинством. Книга обеспечит поддержку любому родителю фыркающего, сводящего с ума и предприимчивого ребенка с диагнозом СДВГ.

Одна цитата задает тон книге. Она была написана Полом Эллиотом, доктором медицины. Вот что он написал:

На мой взгляд, структура мозга с СДВ не является аномалией. Это не только нормально, но и может служить преимуществом, хотя довольно редко. Способности человека с СДВ не могут быть по достоинству оценены нашим обществом на современном этапе его развития. Другими словами, проблемы человека с СДВ во многом вызваны обществом, образовательной системой, методами организации бизнеса и и другими факторами, еще больше связанными с СДВ^[105].

Миссис Пасс представила свои размышления.

Многим родителям нужна новая точка зрения на детей с диагнозом дефицита внимания и гиперактивности. СДВГ – модное слово для нашего поколения родителей и детей. Последнее, чего хочет узнать родитель, так это то, что их любимому маленькому лучику радости грозит прогноз, ограничивающий его возможности, особенно когда он только начинает свой путь. Стереотип расстройства рисует этих детей просто ужасными. Большинству родителей не хватает понимания и уверенности, чтобы бросить вызов традиционному мышлению.

Создавать для детей стереотипы неправильно и опасно. Это может нанести ущерб осознанию ребенком того, кто он и чего

способен достичь в жизни. Еще в детском саду большинство детей, когда слышат, что их ждут одни неудачи, начинают оправдывать эти ожидания. Они становятся классическими неудачниками.

[У нас] есть золотая рыбка, которая, вероятно, переживет любого в нашей семье. Этот подарок стоимостью 29 центов жил в миске в кухне последние шесть лет, плавая по узкому кругу. Однажды я пересадила Сержанта Пеппера в огромный аквариум, в шесть раз превосходящий по размеру его бывшее обиталище. Первые несколько дней он продолжал плавать такими же маленькими кругами, как в старой миске. Он не понимал, что его мир расширился. Таким же образом ребенок, который становится «этим ребенком с СДВГ, сводящим каждого с ума», может никогда и не понять, чего способен достичь с уникальным набором своих талантов. И если ему не позволят быть не похожим на других, скорее всего он и не будет^[106].

Деннис Сванберг, доктор философии, присоединился к спору и поделился своей точкой зрения как человек, который научился успешно справляться с собственным СДВГ и таким же расстройством у сына. Он пишет:

Эта книга была моей особой страстью в течение многих лет. Она открывала мне возможности сначала за кафедрой, а потом, когда я стал ведущим собственной телепрограммы, помогала преодолевать барьеры, которые создает расстройство СДВГ, и даже находить в нем преимущества. Ни одного из этих достижений нельзя было предвидеть, когда я ребенком прикладывал все силы, чтобы выжить еще один день в школе. Я хочу поддержать тех из вас, кто переживает трудности с воспитанием такого ребенка, каким был я.

Тем не менее наша главная цель написания этой книги ободрить вас и помочь вам понять: синдром под названием дефицит внимания/гиперактивность может быть скорее *дивидендом*, а не отклонением или умственной неполноценностью. Его можно превратить в благословение вместо проклятия, в полезное качество вместо помехи. Конечно,

всегда будут присутствовать трудности и разочарования. Но когда вы закончите читать эту книгу, мы надеемся и молимся, что, независимо от того, есть ли у вас ли или у вашего ребенка СДВГ, вы увидите свое будущее с новой стороны^[107].

Я думаю, вы поняли, о чем книга и почему я надеюсь, что родители ребенка с подобным расстройством прочтут ее. В ней множество историй успеха детей и родителей, победивших СДВГ.

Мы посвятим остаток этой главы формату «вопрос – ответ». Здесь я делю подиум с моим другом, доктором Уолтом Ларимором.

Вопросы и ответы

В: Я понимаю, что не могу сама поставить диагноз своему сыну, но вы поможете мне, отметив поведение, на которое стоит обратить внимание. Каковы типичные характеристики детей с СДВГ?

О: Добсон: Психиатры Эдвард М. Халлоуэл и Джон Дж. Рейти написали отличную книгу под названием «Доведенные до белого каления» / *Driven to Distraction*^[108]. В ней они перечисляют двадцать симптомов, которые часто наблюдаются у человека с СДВГ. Вот критерии, используемые врачами для постановки диагноза:

1. Ощущение недостигнутых целей (независимо от того, чего человек добился).
2. Сложности в самоорганизации.
3. Хроническая медлительность или проблемы начать работу.
4. Стремление браться за много дел одновременно и проблемы с их выполнением.
5. Склонность говорить то, что приходит в голову, не обращая внимания на уместность и верность замечания.
6. Постоянный поиск высокого стимулирования.
7. Склонность легко впадать в скуку.
8. Легкая отвлекаемость, проблемы с сосредоточением внимания, склонность переключаться и отклоняться от темы на середине

страницы или разговора, часто сопровождаемая умением глубоко концентрироваться на определенных предметах.

9. Часто – творческие способности, интуитивность, интеллект.

10. Трудности в выполнении чего-либо по установленным правилам и в соответствующем порядке.

11. Нетерпение и низкая терпимость к разочарованию.

12. Импульсивность в речи или в действии. Например, импульсивные траты денег, изменение планов, новые схемы или карьерные перспективы и тому подобное.

13. Тенденция постоянно и напрасно тревожиться, изучать ситуацию в поисках предмета беспокойства, одновременно игнорируя реальные опасности.

14. Чувство обреченности, неуверенности, чередующееся с рискованной поведением.

15. Депрессия, особенно при исключении из проекта.

16. Возбужденное состояние.

17. Склонность к аддиктивному поведению.

18. Хронические проблемы с самооценкой.

19. Неточный самоконтроль.

20. Семейный анамнез, СДВ, маниакально-депрессивный психоз, депрессия, токсикомания, другие расстройства импульсного контроля или настроения.

В: Исчезает ли СДВГ у детей с возрастом? Если нет, то каковы последствия для взрослых?

О: Добсон: Мы привыкли считать, что проблема исчезает с наступлением полового созревания, – так меня учили в аспирантуре. Теперь известно, что СДВГ – это пожизненное состояние около двух третей людей, влияющее на поведение от колыбели до могилы. У меньшинства симптомы затихают со временем. Некоторые люди с СДВГ, став взрослыми, учатся быть более организованными и менее импульсивными. Они направляют свою энергию на занятия спортом или профессию, где могут успешно функционировать. Другие сталкиваются с проблемой выбора карьеры или работы на одном и том же месте. Доведение дела до конца остается непосильной задачей, поскольку они порхают от одного задания к другому. Особенно не подходит им многочасовая работа за столом, например бухгалтерские

должности, требующие внимания к деталям, и сочетание сразу нескольких дел.

Люди в западных странах живут в невероятно стимулирующем мире; даже совсем маленький ребенок испытывает постоянные раздражители.

Еще одна характеристика СДВГ в подростковом и взрослом возрасте – жажда рискованной деятельности. Такие дети часто подвержены несчастным случаям, а их родители хорошо знакомы с местным травмпунктом. Когда они становятся старше, скалолазание, банджи-джампинг, автомобильные гонки, мотогонки, рафтинг и связанные с риском мероприятия становятся их любимыми занятиями. Взрослых людей с СДВГ иногда называют «адреналиновыми наркоманами», потому что они подсаживаются на максимальный выброс высокооктанового адреналина, связанного с опасным поведением. Другие более восприимчивы к употреблению наркотиков, алкоголизму и другому аддиктивному поведению. Одно исследование показало, что примерно 40 % имели опыт арестов к восемнадцати годам^[109].

Часто они склонны к конфликтам в семье. Невнимательный супруг или супруга, чья жизнь хаотична, кто забывает оплачивать счета, чинить машину или вести учет налоговых выплат, может сильно раздражать обязательного, высокоорганизованного партнера. Такой паре бывает порой нужна профессиональная помощь, чтобы научиться жить вместе и использовать сильные стороны друг друга.

В: Насколько распространен СДВГ?

О: Ларимор: В журнале «Американская медицинская ассоциация» сказано, что СДВГ – «одно из наиболее распространенных неврологических нарушений у детей»^[110]. «Британским медицинским журналом» выявлено, что примерно 7 % детей школьного возраста страдают СДВГ и что мальчики в три раза чаще подвержены этому расстройству, чем девочки^[111]. Исследование 1995 года в Вирджинии показало, что от 8 % до 10 % процентов детей принимали лекарства от СДВГ^[112]. У мальчиков в два раза больше вероятность возникновения СДВГ и проблем с обучением. Показатели диагностики СДВГ у белых

детей вдвое выше, чем у латиноамериканцев и афроамериканцев ^[113].

В: Отличается ли мозг людей с СДВГ?

О: Ларимор: Хотя причина СДВГ неизвестна, теорий здесь много. Некоторые считают, что это связано с небольшими различиями в структуре мозга. Сканирование выявило ряд тонких изменений в мозге тех, у кого диагностирован СДВГ. Одно из прежних названий СДВГ – «минимальное расстройство мозга».

Одни говорят, что это связано с нейронными путями, нейромедиаторами или химией мозга, особенно с аномалиями химического допамина в нем. Другие исследователи считают, что СДВГ связан с мозговым кровоснабжением или электрической активностью мозга. Недавние исследования подняли вопрос, насколько частое воздействие быстрыми электронными стимулами (такими, как телевидение и компьютеры) в раннем детстве может способствовать возникновению этой проблемы.

Доктор философии Ричард де Грандпре в своей книге «Риталин нации: скорострельная культура и трансформация человеческого сознания»/ *Ritalin Nation: Rapid-Fire Culture and the Transformation of Human Consciousness* строит теорию о том, что он назвал «феноменом сенсорной зависимости» ^[114]. Доктор де Грандпре считает, что раннее воздействие электронных сенсорных бомбардировок, особенно в то время, когда мозг только формирует связи и синапсы, может привести к биологическим или неврологическим последствиям, включая, но не ограничиваясь СДВГ.

Де Грандпре считает, что это влияние может увеличиваться при отсутствии родительской структуры. Люди в западных странах живут в невероятно стимулирующем мире; даже совсем маленький ребенок испытывает постоянные раздражители. Не знаю, сумеем ли мы избавиться от них, но можно мотивировать родителей обеспечить детям структурированное окружение, чтобы они учились иметь дело с этими стимулами и, возможно, ограничивать их.

Один из источников информации, которые могут поддержать теорию де Грандпре, – опыт амишей, которые, как правило, отказываются от компьютеров и телевидения. Среди их детей, защищенных от подобных стимуляций, СДВГ наблюдается очень редко. Исследователи сообщают, что у двухсот детей амишей, исследованных в прошлом

и сравненных с не-амишами, СДВГ был нечастым явлением^[115].

В: Как насчет рецептурных стимуляторов?

О: Ларимор: Многие родители звонят или пишут нам на передачу «Семья в центре внимания», задавая вопросы о лекарствах при СДВГ. Они слышаны о полемике вокруг них и переживают, что, посадив ребенка на препараты, принимают неверное решение. С другой стороны, многие боятся, что отказ от лечения также может навредить. Они спрашивают: «Что нам делать?»

Без сомнения, использование рецептурных препаратов как для детей, так и для взрослых может быть очень успешным при непродолжительном лечении СДВГ. Существует масса доказательств их безопасности и эффективности, хотя эти исследования продолжались не дольше двух лет. Согласно им, от 70 % до 95 % процентов пациентов с СДВГ получили положительные результаты при приеме правильно подобранных препаратов^[116]. Эти медикаменты заметно сократили деструктивное поведение, улучшили успеваемость в школе и даже повысили баллы IQ-теста. Лекарства оказались одинаково эффективными как для мальчиков, так и девочек.

Наиболее часто назначают препараты риталин, концерта, страттера, декседрин и аддералл (Ritalin, Concerta, Strattera, Dexedrine, Adderall). В большинстве случаев они обладают убедительным положительным эффектом, по крайней мере, на короткий срок^[117].

В: Существует так много вариантов лечения. Что лучше?

О: Ларимор: Лечение СДВГ должно быть индивидуальным и адаптированным для каждого ребенка и каждой семьи. Пока не найден «лучший» курс лечения, но существует несколько отличных вариантов. Изучение материалов о них поможет вам и врачу вашего ребенка выбрать из этих альтернатив.

Одна проблема с некоторыми лекарствами старого поколения заключалась в их непродолжительном действии – не более нескольких часов. Дополнительные дозы приходилось принимать в школе и во второй половине дня. Порой симптомы возобновлялись и поведение ухудшалось! Это не только создавало трудности для школы, но и вызывало замешательство у ребенка и приводило к непослушанию.

Другие побочные эффекты стимулирующих лекарств включали тревожность, нервозность, нерегулярное сердцебиение, потливость,

бессонницу (трудности с засыпанием). Среди более редких побочных эффектов – раздражительность, перемены настроения, депрессия, абстиненция, галлюцинации и потеря спонтанности. Друзья одной из моих маленьких пациенток сказали ей: «Карла, пожалуйста, не принимай лекарства перед вечеринкой. С тобой становится не интересно!»

Но есть и хорошие новости. Теперь доступны более современные препараты, способные решить эту проблему для многих пациентов. Тем не менее каждое лекарство имеет нежелательные побочные эффекты и должно назначаться только при наличии показаний и необходимости. Риталин, например, может уменьшать аппетит и приводить к бессоннице. Однако для подавляющего большинства людей с СДВГ новые препараты эффективны и безопасны.

И все же позвольте мне высказать одно предостережение. Главная опасность – друзья и одноклассники вашего ребенка, которые, не страдая СДВГ, хотят использовать стимуляторы для получения кайфа. Согласно одному исследованию, 16 % детей с СДВГ предлагалось продать, отдать или обменять их лекарства [\[118\]](#). Какой бы шокирующий не была эта цифра, похоже, проблема злоупотребления риталином становится все острее.

Таким образом, чтобы защитить друзей вашего ребенка, имеющего СДВГ, не забудьте тщательно контролировать использование стимуляторов.

В: Мой шестилетний сын не только гиперактивный, но еще и мочится в постель. Пожалуйста, посоветуйте, как решить эту проблему.

О: Добсон: Ваш ребенок, вероятно, страдает энурезом, который обычно бывает у маленьких детей и часто – у детей с СДВГ. У каждого ребенка свой график взросления, и некоторые не очень торопятся. Однако энурез может вызывать как эмоциональный, так и социальный стресс у более старшего ребенка. Таким образом, при возможности стоит решить эту проблему в раннем детстве.

В последние годы произошли некоторые многообещающие события. В апреле 1999 года японские исследователи выпустили электронный сигналящий девайс, который не дает детям мочиться в кровати. Устройство, которое было разработано урологом и телефонным

производителем, измеряет импульсы мозга ребенка и сканирует мочевой пузырь. Когда ребенок должен помочиться, звучит сигнал тревоги, который сообщает малышу, что пора идти в туалет^[119].

Это средство хорошо работает, потому что мочеиспускание часто происходит во время очень глубокого сна, а детям трудно научиться контролировать себя в ночное время. Их разум не реагирует на сигнал или рефлекторное действие, которое обычно пробуждает людей с чутким сном. Этот сигнал тревоги достаточно громкий, чтобы разбудить даже крепко спящих и отправить их в туалет.

Проконсультируйтесь с вашим семейным врачом или урологом о лучшем курсе лечения для вашего ребенка. Сейчас доступен целый ряд опций, включая препарат десмопрессин, который помогает регулировать мочеобразование.

В: Я не уверена, что у моего сына СДВГ, но он гиперактивный и сводит всех с ума. Он просто не вписывается в круг своих сверстников. Он всегда остается в стороне, когда другие дети играют, и у него не получается заводить друзей. Не может поддерживать разговор с детьми, начинает вести себя глупо, и они отворачиваются от него. Это похоже на СДВГ? Вы можете посоветовать, как сделать, чтобы он лучше вписывался в группу?

О: Добсон: Есть много расстройств, которые могут соответствовать характеристикам, описанным вами. СДВГ – только один из них. Другой диагноз – синдром Аспергера, это неврологическая проблема, связанная с аутизмом. Еще один – синдром Ретта. И еще синдром Туретта. Есть случаи, когда определенный диагноз вообще отсутствует, а уникальная личность ребенка без всяких аномалий раздражает других детей и вызывает неприятие и насмешки.

Мы знаем, что успех в жизни человека и его личное счастье во многом зависят от эмоционального интеллекта – способности хорошо функционировать в группе и развивать прочные отношения.

Психолог Уиллард Хартуп из Университета Миннесоты сказал: «Дети, которых, как правило, не любят, которые ведут себя агрессивно и срываются на окружающих, которые не могут поддерживать отношения с другими детьми и найти себе место среди сверстников, серьезно рискуют в будущем». Очевидно, что необходимо помогать им в жизни^[120].

Еще раз подчеркну, что чрезвычайно важно для родителей вовремя разглядеть трудности и обратиться за профессиональной помощью, если это необходимо. Сегодня помощь ребенку с особыми потребностями предоставляется в большинстве городов. Университетские центры развития детей могут стать хорошим местом для начала поиска.

В: СДВГ наследуется?

О: Ларимор: Существует все больше доказательств, что генетические факторы играют роль в СДВГ. Жаклин Гиллис и ее команда из Университета Колорадо в 1992 году выяснили, что риск СДВГ у ребенка, идентичный близнец которого имеет это расстройство, в 11–18 раз больше, чем у брата или сестры – не близнецов. Отмечено, что от 55 % до 92 % идентичных близнецов детей с СДВГ со временем проявляют это состояние^[121].

В результате большого исследования 526 идентичных близнецов (которые наследуют те же гены) и 389 двуяйцевых близнецов (похожих генетически не больше, чем братья и сестры, рожденные в разные годы) в Норвегии обнаружено: у этих детей была почти 80 %-ная вероятность наследования СДВГ. Они пришли к выводу, что до 80 % различий во внимании, гиперактивности и импульсивности между людьми с СДВГ и теми, у кого нет этого расстройства, могут объясняться генетическими факторами^[122].

Что это означает для вашей семьи? Если у одного или двоих родителей есть СДВГ, их ребенок чаще всего также страдает этим синдромом. Его воспитание может напомнить маме или папе о каких-то болезненных ситуациях из собственного детства или подросткового возраста и способно даже осложнить общение с ребенком. Кроме того, дети братьев и сестер без СДВГ, скорее всего, унаследуют синдром от старшего поколения. Это лишь некоторые причины, по которым многие специалисты рекомендуют консультации для всей семьи.

В: Каким образом СДВГ влияет на семью?

О: СДВГ – проблема, которая затрагивает не только одного человека. Время и усилия, направленные на борьбу с расстройством, могут повлиять на всю семью.

В большинстве семей самый большой эмоциональный, реляционный и духовный риск в уходе за ребенком с СДВГ достается на долю матери. Хотя эти дети могут быть очень любящими и ласковыми, они часто срываются на мам, словесно или эмоционально оскорбляют и глубоко задевают своих родителей. Они бывают чудесными сегодня и ужасными завтра или меняются ежечасно.

Мамам детей с СДВГ нужно быстро отказаться от иллюзии, что их дом будет идеален, а каждая семейная трапеза станет радостным событием. Этим родителям придется узнать, что они не совершенны и им может понадобиться помощь. Они рискуют не только быть отвергнутыми и обиженными собственным ребенком, но и столкнутся с враждебностью других детей или взрослых.

Ребенок с СДВГ часто физически агрессивен, и его надо научить преобразовывать физическую агрессию в словесную форму (навык, который не помешал бы и некоторым взрослым!), перестраивать вредоносное поведение на конструктивное. Его нельзя заставить быть похожим на «нормальных» детей. Он иначе устроен. Родителям нужно освоить самые разнообразные навыки, чтобы справляться с такими детьми, учить их, воспитывать и изобретательно наказывать.

Успех в жизни человека и его личное счастье во многом зависит от эмоционального интеллекта – способности хорошо функционировать в группе и развивать прочные отношения.

Не будем забывать про братьев и сестер. Им тоже приходится общаться с гиперактивным ребенком, который порой делает их жизнь невыносимой. Медицинские исследования показывают, что братья и сестры также попадают в группу риска эмоциональных проблем. Они становятся хроническими жертвами ребенка с СДВГ – он может запугивать их вербально или физически, злоупотреблять их привязанностью, держать их в постоянном напряжении, быть требовательным и мерзопакостным по отношению к ним.

Часто братья и сестры не получают достаточно внимания и времени, потому что все время и силы родителей уходят на ребенка с СДВГ, – и почувствуют себя чужими, отвергнутыми и нелюбимыми. Эти эмоции способны привести к ряду поведенческих проблем, особенно

в подростковом возрасте. Поэтому многие специалисты по вопросам СДВГ рекомендуют, чтобы братья и сестры были частью семейного консультирования. Приобретенные навыки будут полезны им всю жизнь.

В: Как насчет домашнего обучения для детей с СДВГ?

О: Ларимор: Для многих детей с трудностями в образовании домашнее обучение может стать удачной альтернативой – особенно если родители готовы к этому и охотно делают все, что требуется. Врачи ссылаются на обнадеживающие примеры детей с СДВГ, добившихся хороших результатов при обучении в домашней обстановке.

В: У нас пятилетний сын с диагнозом СДВГ. С ним трудно справиться, и я понятия не имею, как управлять им. Я знаю, что у него неврологические проблемы, поэтому не уверена в своей правоте, когда заставляю его слушаться, как это делала с другими детьми. Это большая проблема для нас. Что бы вы посоветовали?

О: Добсон: Я понимаю вашу дилемму, но призываю вас воспитывать чувство дисциплины в вашем сыне. Каждый ребенок нуждается в безопасности, определяемой границами дозволенного, и мальчик или девочка с СДВГ – не исключение. Такой ребенок должен нести ответственность за свое поведение, хотя подход может быть немного иным. Например, большинство детей можно заставить посидеть на стуле в качестве наказания, а некоторые очень гиперактивные дети не в состоянии усидеть на месте. Телесные наказания иногда оказываются неэффективными для маленького сгустка энергии. Как и во всех аспектах материнства и отцовства, методы наказания ребенка с СДВГ должны соответствовать его или ее уникальным особенностям и потребностям.

В: Как же я должна наказывать ребенка с СДВГ?

О: Добсон: Позвольте мне предложить некоторые рекомендации, как обучать и направлять вашего мальчика. Эти восемнадцать предложений были включены в отличную книгу доктора Домины Реншоу «Гиперактивный ребенок» / *The Hyperactive Child*^[123].

К сожалению, ее книга больше не издается, но ее советы все еще действенны.

1. Будьте последовательны в правилах и дисциплине.

2. ***Не повышайте голоса и говорите медленно. Гнев – это нормально. Гнев можно контролировать. Гнев не означает, что вы не любите ребенка.***

3. Старайтесь сдерживать эмоции. Замечайте и отмечайте любое позитивное поведение, каким бы незначительным оно ни казалось. Если вы ищете хорошее, то обязательно что-нибудь найдете.

4. Избегайте постоянного негативного подхода: «стоп» – «не» – «нет».

5. Отделяйте поведение, которое может вам не понравиться, от ребенка, которого вы любите. Например, скажите: «Ты мне нравишься. Мне не нравятся твои грязные следы по всему дому».

6. Составьте четкий распорядок дня для ребенка – расписание прогулок, приема пищи, игр, просмотра телевизора, подготовки к урокам, выполнения обязанностей по дому, отхода ко сну. Пусть распорядок будет гибким, если ребенок не выдерживает его. Ваша система сможет поддерживать его, пока он не выработает свою.

7. Предлагайте новые или сложные задачи, сопровождая действия короткими, ясными и тихими объяснениями. Повторяйте демонстрацию, пока ребенок не усвоит задание. Используйте тонально-звуковое и визуально-сенсорное восприятие, которое подкрепляет усвоение. Память гиперактивного ребенка формируется дольше. Будьте терпеливы и не уставайте повторять.

8. Отведите ребенку отдельную комнату или часть комнаты, которая станет его личным пространством. Избегайте ярких цветов или сложных узоров в декоре. Простота, однотонные цвета, минимум предметов и рабочий стол у пустой стены вдали от отвлекающих факторов помогают концентрации. Гиперактивный ребенок пока еще не может сам абстрагироваться от лишних раздражителей.

9. Пусть он делает что-то одно: дайте ему одну игрушку из запираемого ящика; когда он раскрашивает, уберите все остальное со стола; выключите радио и телевизор, если он делает уроки. Множественные стимулы мешают ему сосредоточиться на основной задаче.

10. Поручайте ребенку задания, необходимые для взросления. Задача должна находиться в пределах его возможностей, хотя ее выполнение может требовать пристального внимания с вашей стороны. Нельзя забывать о признании и одобрении его усилий (даже неидеальных).

11. Считывайте его предупредительные сигналы. Ненавязчиво вмешайтесь, чтобы избежать взрыва, отвлеките его или спокойно обсудите конфликт. Вывод ребенка на несколько минут из зоны боевых действий в святилище собственной комнаты может быть очень полезен.

12. Ограничьте общение с приятелями до одного или максимум до двух за один раз, потому что ваш ребенок очень возбудим. Ваш дом – самое подходящее место, потому что здесь вы можете обеспечить порядок и надзор. Объясните свои правила товарищу по играм и коротко расскажите другим родителям о своих мотивах.

13. Не жалейте, не дразните, не пугайтесь, не переусердствуйте с ребенком. У него особое состояние нервной системы, но она управляема.

14. Знайте название и дозу лекарства. Давайте его регулярно. Смотрите и запоминайте эффекты от него, чтобы сообщить вашему врачу.

15. Открыто обсуждайте с врачом любые страхи, связанные с применением медикаментов.

16. Запирайте все лекарства во избежание случайного неправильного использования.

17. Всегда контролируйте прием лекарств, даже если это рутинная процедура на протяжении многих лет. Ответственность лежит на родителях! Храните ежедневную дозу в постоянном месте и контролируйте прием, пока ребенок не станет старше и самостоятельнее.

18. Поделитесь своими успешными решениями с его учителем. Описание методов помощи вашему гиперактивному ребенку так же важно для него, как диета и инсулин для ребенка, больного диабетом.

В: Что еще вы порекомендовали бы родителям?

О: Ларимор: Узнайте как можно больше о заболевании. Успешное управление СДВГ предполагает целый ряд опций, и вам необходимо

ознакомиться с ними. Они начинаются с диагностики.

Люди с СДВГ, как правило, испытывают огромное облегчение, узнав, что у них понятное и поддающееся лечению состояние. Они радуются (и их родители тоже), убедившись, что не сделали ничего дурного. Они не стали причиной своего поведения, а родились с ним. Это особенность их организма. Лучше всего, если они поймут, что Бог имел конкретный план на их жизнь, послав им СДВГ.

Есть организация, которая называется «Дети и взрослые с синдромом ДВГ». У нее собран исключительный объем доступной, научной и достоверной информации, и в ней существуют родительские группы поддержки. Однако позвольте мне выразить некоторые предостережения. Такие группы, если они не организованы грамотно, могут превратиться в сеансы «скуления и нытья». Это не приносит пользы, а иногда деморализует. Временами нам всем нужен кто-то, за кого можно ухватиться, но группе необходимо направление. Кто-то должен сказать: «Хорошо, теперь, когда мы услышали все жалобы, надо решить, что мы можем с ними сделать». Я знаю родителей, которые возвращались домой с таких встреч и негативно реагировали на своего ребенка после того, о чем там говорили. Это вредит не только родителям, но и детям.

Гнев – это нормально. Гнев можно контролировать. Гнев не означает, что вы не любите ребенка.

Во-вторых, будьте готовы дарить своему ребенку безусловную любовь. Самое важное для лечения детей с СДВГ – огромная любовь и ее подтверждение. Их часто обвиняют в том, что они не стараются, ленятся и вообще нехорошие дети. Учителя злятся на них. Одноклассники раздражаются и начинают относиться к ним неуважительно, потому что они часто плохо учатся. Но мое сердце целиком с этими детьми.

Давайте посмотрим правде в глаза: дети с СДВГ не всегда позволяют нам чувствовать себя или выглядеть хорошо. Любовь для меня – в стремлении делать то, в чем нуждается ребенок, и делать это независимо от обстоятельств. Этим детям часто нужно больше, чем другим.

Порой они чувствуют себя людьми второго сорта. В моей практике встречались дети, которые говорили мне: «Со мной что-то не так». А некоторые добавляли: «Бог совершил ошибку, когда сотворил меня. Вот поэтому я здесь».

Часть любви к этим особенным детям заключается в том, чтобы помочь им открыть в себе великую одаренность, которую дал им Бог, и показать, что они не ошибка Бога.

Не все дети должны приспособливаться к одной и той же модели, даже в стенах школы. Многим родителям может потребоваться снять акцент с академического направления. Проще говоря, для многих детей с СДВГ есть вещи, которые более важны, чем академические успехи. Например, они должны быть любимыми и принятыми семьей и друзьями именно такими, какими их создал Бог. Вашему ребенку обязательно нужно понять, что у Бога есть место для нее или него и он дал им особый дар и уникальные способности. Эти дети должны знать, что вы собираетесь работать вместе с ними, чтобы открыть эти таланты и умения, и вы жаждете увидеть, что Бог припас для них. Это гораздо важнее, чем переживания из-за неважной успеваемости в классе.

Безусловно, любить этих детей – не значит позволять им лениться и не стараться. Вы должны направить их и поддержать в преодолении проблем и достижении того, что им предназначено и к чему они так способны.

Важный момент, который нужно донести до вашего ребенка: диагноз СДВГ – не приговор. Ваш ребенок в одной лодке со многими известными людьми, кому официально не был поставлен диагноз, но чьи симптомы и поведение удивительно напоминают СДВГ. Среди этих великих – Альберт Эйнштейн, Том Круз, Генри Уинклер^[124], Джон Леннон, Уинстон Черчилль, Генри Форд, Стивен Хокинг, Александр Грэм Белл, президенты Вудро Вильсон, Джон Ф. Кеннеди, Дуайт Эйзенхауэр, генералы Джордж Паттон и Уильям Уэстморленд... и этот список можно продолжить. Какое замечательное общество, частью которого он может стать!

Глава 12

Заключительное слово поддержки

Пришло время подвести итог погружению в жизнь детей-бунтарей и тех, кто несет ответственность за их воспитание. В заключение я открою чувства, которые идут из глубины моего сердца.

Момент прихода ребенка в мир и последующее наблюдение за тем, как малютка начинает расти, учиться и развиваться, сопровождаются удивительными эмоциями. Как хорошо я помню первые шаги сына и дочери, их первые слова, первое катание на трехколесном велосипеде, первую молитву и многие другие интересные моменты детства. Первый день дочки в детском саду был полон впечатлений. Я поставил ее на ступеньки автобуса, отошел назад и сфотографировал, а потом смотрел, как автобус медленно везет по улице ее и других детей. Я смахнул слезу и вернулся в дом. Наш ребенок вырос.

Было много других радостных и горьких минут, в которые мы с Ширли постепенно осознавали удивительную быстротечность лет, проводимых с детьми. Даже когда наши дети учились в начальной школе, мы со страхом ждали дня окончания родительской опеки. Как и следовало ожидать, холодный ветер перемен пронесся через наш дом, оставив гнездо пустым. И к этому пришлось привыкать.

Да, быть мамой или папой – это одно из самых удивительных переживаний в жизни, и я сострадаю бесплодным парам, которым отказано в привилегии продолжения рода. Но мужчины и женщины, которым дается этот драгоценный дар, знают, что его сопровождает доля боли и печали. Дети часто испытывают различные сложности, связанные с обучением, физическим развитием, несчастными случаями, болезнями и/или социальными трудностями. С приходом бурного подросткового возраста для некоторых детей каждый день превращается в проблему. Эти стрессовые моменты усугубляются, если у ребенка своенравный характер и склонность беспокоиться из-за пустяков, ссориться и поступать по-своему. Родители, воспитывающие таких сына или дочь, иногда чувствуют себя так, словно проживают каждый день на поле боя.

Я написал эту книгу ради разочарованных, обескураженных и растерянных родителей. Мне хочется положить руку на плечо мамам и папам, которые переживают полное фиаско в самом важном и ответственном деле своей жизни. Они (возможно, это вы) хотели быть совершенными родителями и выполнять свою работу успешнее, чем кто бы то ни было. Вместо этого все выглядит так, будто каждое их благое намерение истолковано неверно и вызывает возмущение и сопротивление. С вами происходит то же самое?

Иногда вы думаете: «Я люблю этого ребенка больше всего на свете, но он или она не очень мне нравятся. Мы не можем ладить дольше десяти минут, не начав спорить из-за пустяка. Почему этот ребенок заставляет меня так сердиться, когда больше всего я хочу гармонии и любви? Почему наши отношения приносят только неудовлетворенность и тревогу? Что я сделала, чтобы испортить все, что несло обещания и надежды? Я подвела не только своего ребенка, но и Бога».

Давайте поговорим немного о тех ощущениях, которые так или иначе испытывают почти все заботливые мамы и папы. Отцовство и материнство могут вызывать чувство вины. Дети приходят в нашу жизнь, когда мы молоды и незрелы и нет руководства к нашим первым неуверенным шагам. На запястье новорожденного нет производственной бирки, где сказано: «Требуется сборка». И вот мы несем эти крошечные создания домой, еще не зная, кто они, а потом начинаем двигаться вперед наугад, стараясь делать все как можно лучше. И как следствие, многие ежедневные решения, которые мы принимаем ради них, становятся результатами догадки, а мы надеемся вопреки всему, что поступаем правильно. Наши собственные недостатки также мешают. Мы устаем, расстраиваемся и поступаем эгоистично, и это иногда влияет на наши суждения. В такие моменты мы действуем не думая, а на следующее утро понимаем, что все сделали не так.

Короче говоря, дети так безумно сложны, что невозможно воспитывать их, не совершая ошибок и промахов. Проходит примерно двадцать лет родительского стажа, и мы начинаем понимать, в чем заключается воспитание. Но к этому моменту нужно отпустить детей и притвориться, что нас теперь ничто не волнует.

К этим трудностям добавляются наши личные проблемы: брачный конфликт или развод, физическое заболевание, финансовое давление и другие жизненные заботы. Неудовлетворенные потребности, например те, что испытывают родители-одиночки, также могут стать причиной поведения, которое потом покажется нам ужасно глупым. Вам кажется, что я ною? Надеюсь, нет. Я просто пытаюсь описать дискомфорт, возникающий у родителей детей-бунтарей, когда они начинают чувствовать, что провалили задание. (Родители уступчивых детей, возможно, не до конца понимают эту эмоциональную реакцию, хотя в воспитании стресса хватает на всех.)

Быть мамой или папой – это одно из самых удивительных переживаний в жизни.

Несмотря на эти обескураживающие моменты, я твердо убежден в том, что вынашивание и воспитание детей стоит всех наших затрат. Вместе с трудностями приходят величайшие радости и награды жизни. Как такое может быть? Как то, что приносит нам беспокойство и разочарование, становится источником большого счастья и удовлетворения? Это очевидное противоречие заслуживает рассмотрения.

Христианский писатель К. С. Льюис пытался выразить боль, которую он пережил, когда от рака умерла его жена. Он сказал, что не был бы так опустошен ее кончиной, если бы не позволил себе любить ее всем сердцем. В фильме «Обитель призраков» / *Shadowlands*, снятого по мотивам этого периода из жизни Льюиса, он задавался вопросом: не лучше ли было бы никогда не любить вообще и избежать риска потерять женщину, которую он обожал? Жизнь наверняка была бы безопаснее, отгороженная от разочарования и горя. Льюис изучил эту реакцию на горе и решил, что, в конце концов, любовь стоит риска. Вот как он это описал:

Любить – значит быть уязвимым. Полюбите что угодно, и ваше сердце обязательно будет страдать и, возможно, окажется разбитым. Если вы хотите сберечь его, не отдавайте его никому, даже животному. Заверните его в хобби или в небольшую роскошь (...) надежно запирайте в ларце или гробу собственного

эгоизма. Но и будучи запертым – в безопасности, темноте, неподвижности и духоте, – оно изменится. Оно не разобьется – оно станет неуязвимым, непроницаемым, непобедимым... Единственное место за пределами рая, где вы можете совершенно не бояться всех опасностей любви, – ад!^[125]

Потом Льюис делает вывод: «Мы любим, чтобы знать, что мы не одиноки».

Разве здесь не говорится о боли, связанной с отцовством и материнством? Для меня это очевидно. Это то, к чему сводится воспитание и рождение ребенка. Любить тех, кого мы выносили, – рискованное дело, но это также приносит большую радость и счастье. Хотя часто нас сопровождают испытания и слезы, связанные с трудной задачей воспитания, это благородное путешествие. Нам как родителям дана привилегия брать материал и создавать из него совершенно нового человека, формировать его или ее изо дня в день, пока они не станут зрелыми, дисциплинированными, эффективными и богобоязненными взрослыми, которые когда-нибудь будут жить в вечности. Выполнять эту работу правильно, невзирая на неудачи и разочарования, – одно из величайших достижений живущих.

Я хочу дать надежду тем мамам и папам, которые деморализованы на этом этапе путешествия. Во-первых, вы должны признать, что ребенок с характером – не источник неприятностей и вам не следует чувствовать себя пострадавшими или обманутыми. НЕ СРАВНИВАЙТЕ своего ребенка с «идеальными» детьми ваших родственников или друзей. Со временем у них тоже возникнут проблемы. Надо признать: жестко настроенного ребенка сложнее воспитать, и порой он способен довести вас до отчаяния. Но эта замечательная напористость и решительность станут преимуществом, когда он вырастет. Раздражающий темперамент был даром от Бога, а Он не делает ошибок.

Вы также должны признать, что эти дети часто обладают той силой характера, которая помогает им не упустить возможность, возникающую у них на пути. Когда они принимают решение, они не отступают, пока этого не добьются. Они также меньше восприимчивы к давлению сверстников, пусть не в раннем подростковом возрасте, но с наступлением зрелости точно. Я повторяю, что говорил раньше. Хотя

они, как правило, спорят, борются и жалуются на протяжении всех своих лет дома, большинство из них меняется в лучшую сторону, когда только становятся взрослыми, и делают то, чего больше всего хотели их родители. Лучшие дни не за горами.

Мальчик или девочка, которые иногда раздражают вас сегодня, уже наверняка пускают маленькие зеленые побеги, даже если все вы видите только бесплодные зимние веточки. Нужно время, чтобы они расцвели, но весна уже в пути.

Однако реализация этого потенциала зависит от ранней структурированности домашней среды, во главе которой стоят любовь и справедливые матери и отцы, более твердые и мудрые, чем их дети. Те, кто был достаточно эффективен в формировании воли ребенка, не сломив его духа, обязательно оценят человека, которым он со временем станет.

Вот что мы обнаружили, когда опросили 35 тысяч родителей. Более 85 % взрослых детей-бунтарей, которые сильно бунтовали в подростковые годы, усвоили то, что им пытались привить, – полностью или по крайней мере частично. Только 15 % оказались настолько упрямыми, что отвергали основные ценности своей семьи и на третьем десятке жизни. Эти результаты показывают, что вы тоже, вероятно, воспитываете детей лучше, чем думаете. Будущие годы подтвердят, что вина, которая мучила вас, была неоправданной и надуманной.

Коротко говоря, мальчик или девочка, которые иногда раздражают вас сегодня, уже наверняка пускают маленькие зеленые побеги, даже если все вы видите только бесплодные зимние веточки. Нужно время, чтобы они расцвели, но весна уже в пути. Поверьте мне.

Всегда отрадно слышать от родителей, которые пережили стрессы воспитания, что его принципы все же существуют. Они работают, потому что исходят от Создателя детей. Одна мать девочки с характером несколько лет назад прислала мне письмо, потому что пришла к преждевременному выводу: мои советы не помогают и я, должно быть, не понимаю таких закоренелых бунтарей, как ее дочь. Вот что она написала:

Уважаемый доктор Добсон,

Должна Вам сказать, что была сильно разочарована, купив Вашу книгу «Мой маленький бунтарь». Начало было многообещающим, но дальше все посвящено обычным методам воспитания детей. Я считала, что вся книга будет написана о детях-бунтарях, детях с характером. Вы уверены, что знаете их? Почти каждый ребенок – с характером, но не все дети – бунтари!

Наша четвертая (и младшая) дочь – «девочка с характером»! Сейчас ей двадцать один месяц, и бывают моменты, когда она кажется мне ненормальной. Если бы она родилась первой, мы бы уже не завели других детей. Ее мучили колики сутками напролет на протяжении шести месяцев, а потом мы перестали называть это коликами. Она просто всегда была недовольна. Она начала ходить в восемь месяцев и стала изводить своих сестер. Она таскала их за волосы, кусала, била, щипала и толкалась изо всех сил. У одной сестренки она вырвала клоч длинных черных волос.

Далее мать перечисляла черты своей деспотичной дочери, которые я слышал тысячи раз. Она закончила письмо советом подчеркнуть важность телесных наказаний для подобных детей.

Я отправил ей сердечный ответ, сообщая, что понимаю ее разочарование. Я пытался ободрить ее и вселить надежду на будущее. Пять лет спустя она написала мне снова:

Уважаемый доктор Добсон,

Это письмо запоздало, но все равно спасибо! Благодарю вас за заботливый ответ на то, что, вероятно, было не очень вежливым посланием от обескураженной мамы. Спасибо за ваши положительные замечания – первые, которые я получила в то время.

Возможно, вам интересно, какой стала наша Салли Энн. Когда я писала вам, она была ребенком-бунтарем на 10 баллов из 8. Назвать ее «трудной» – это не сказать ничего о днях ее младенчества. Как родители-христиане, мы испробовали все методы, которые только могли найти в Священном Писании. В конце концов я решила, что она не совсем нормальная. Даже

обычный утренний сок (который она очень любила), поданный не в том стакане, ввергал ее в тридцатиминутную истерику, и это происходило еще раньше, чем она научилась говорить! Семейные ужасы становились кошмаром.

Салли Энн еще не исполнилось двух лет, когда она начала жестоко нападать на старших сестер, которым было четыре, восемь и двенадцать лет. Даже двенадцатилетнюю девочку она много раз доводила до слез. Шлепки с моей стороны не приносили никакого результата. Наконец однажды в молитве Господь ясно показал мне, что ее сестрам должно быть позволено давать ей сдачи: это то, чего я никогда не разрешала (и остаюсь противницей этого метода!). Но в данном случае он сработал. Я, тщательно подбирая слова, объяснила трем моим девочкам (держа маленькую Салли Энн на коленях): когда их младшая сестра будет нападать на них, им нужно хорошенько шлепнуть ее по пухлой ножке пониже подгузника. Салли все поняла, и в течение двух дней атаки прекратились.

Наказывать нашу младшую было нелегко, но с Божьей помощью мы выстояли. Когда приходилось ее шлепать, мы могли получить часовую истерику. Было бы так легко сдаться и не обращать внимания на плохое поведение, но я убеждена, что без наказания наша Салли стала бы семейным проклятием, а в худшем – психически больной. Скажите своим слушателям, что наказание обязательно окупается, когда совершается согласно слову Божьему.

Салли сейчас очень милая семилетняя девочка и истинное счастье своей семьи. Она все-таки еще бунтарка, но целиком в пределах нормы! Она очень умная, у нее нежная, творческая и сочувствующая душа, совсем не обычная в таком юном возрасте. Я знаю, что у Господа на нее отличные планы. Она уже попросила Иисуса войти в ее жизнь и знает, как призвать Его, когда у нее возникает необходимость (страх ночного кошмара и т. д.).

Я все еще не считаю, что вы достаточно далеко продвинулись в своей книге, но любящая дисциплина в сочетании с настойчивостью, безусловно, ключ к успеху!

*Благодарю Вас. И да благословит Вас Господь и вашу семью и Ваше служение через Иисуса Христа, нашего Господа.
С любовью к Богу,*

Миссис У. У.

Я ответил этой маме, закончив письмо следующими словами:

Спасибо Вам, миссис У., за ваше первое письмо и за эти новости. Особенно приятно было снова получить от Вас письмо. Очевидно, что Вы на правильном пути с Салли Энн. Сил Вам во время подростковых проблем, которые ждут Вас впереди.

Джеймс Добсон

Если миссис У. прочитает новое издание «Моего маленького бунтаря», я хочу, чтобы она знала: я помнил о ней, когда собирался переписать книгу. Мне бы хотелось спросить ее, приблизился ли я к цели во второй раз. С такой мамой я хотел бы встретиться.

Давайте рассмотрим важные концепции, которые я выдвинул, еще раз, уделяя особое внимание тем, что принесут положительный результат в ближайшие годы.

1. Не вините себя за темперамент, с которым родился ваш ребенок. Он просто трудный малыш, которого нужно «настраивать», и ваша задача в том, чтобы осуществлять это шаг за шагом.

2. Ваш ребенок с характером подвергается опасности из-за своей склонности испытывать границы и забираться на стены. Вам потребуется предельное усердие и мудрость, чтобы справиться с ним. Вы должны быть тверже, чем он, но добиваться своего без злости и подавления.

3. Если вам не удастся понять его жажду власти и независимости, вы можете исчерпать свои ресурсы и у вас возникнет чувство вины. Это никому не принесет пользы.

4. Для молодых родителей: возьмите на себя ответственность за своего ребенка прямо сейчас, крепко держите поводья власти и быстро начинайте воспитывать в ребенке уважение и послушание. Вам понадобится каждый грамм благоговения, который вы сможете накопить в ближайшие годы. Как только вы утвердили свое право

руководить, начинайте систематически, год за годом, ослаблять бразды правления.

5. Не паникуйте даже во время штормов подросткового возраста. Они пройдут. Снова будет светить солнце, образуя прекрасную радугу. Вы обязательно справитесь.

6. Не позволяйте ребенку слишком удаляться от вас эмоционально. Оставайтесь рядом. Не отрекайтесь от него, даже если каждый ваш порыв толкает вас к этому. Вы нужны ему сейчас больше, чем когда-либо.

7. Дайте ребенку время найти себя, даже если кажется, что он этого не делает.

8. Самое главное: начинайте каждое утро с молитвы о мудрости и руководстве. Я убежден, что нет другого истинного источника уверенности для родителей. Нет достаточных знаний в книгах – ни в моих, ни в чьих-либо еще, – чтобы противостоять злу, которое окружает наших детей. Мы должны защитить их горячей молитвой, подобной этой:

«Господь, ты знаешь мои недостатки. Ты знаешь мои слабости не только в воспитании детей, но во всей моей жизни. Я делаю все возможное, чтобы правильно воспитывать своих детей, но это может быть недостаточно хорошо. Как Ты дарил рыбу и хлебы, чтобы накормить пять тысяч голодных людей, так и теперь возьми мои скудные усилия и используй их, чтобы благословить мою семью. Исправь то, что я делаю неправильно. удовлетвори потребности, которые не смог/не смогла удовлетворить я. Исправь мои промахи и ошибки. Обними моих детей и прижми их к Себе. И будь рядом, когда они окажутся на трудном перепутье между правильным и неправильным. Все, что я могу дать им, – это мои лучшие побуждения, и я буду продолжать это делать. Я вручаю их Тебе сейчас и снова посвящаю себя поставленной передо мной задаче. Результат в Твоих руках».

Я открыл для себя, что Бог верен, как любящий отец, Он услышит и ответит на зов сердца. Обратитесь к Нему за утешением, когда не будете видеть выхода. И Он придет, чтобы утешить вас и помочь в работе над душой вашего любимого ребенка.

Мы начали первую главу с истории о нашем псе Сигги и его революционных тенденциях. Давайте закончим, снова поговорив о нем. Сигги уже давно нет, но мы все еще скучаем по нему. Трудно объяснить, почему никчемная старая такса так много значила для нашей семьи, хотя уверен, что любители собак поймут наши чувства. Мы были подготовлены к смерти Сигги, после того как ветеринар сказал, что у пса развилась прогрессирующая сердечная недостаточность, но кризис наступил внезапно.

Я чистил зубы рано утром, когда услышал пронзительный крик Сигги. Он визжал как ребенок, и жена бросилась к нему на помощь.

«Джим, иди скорее! – сказала она. – У Сигги сердечный приступ!» Я бросился в гостиную с зубной щеткой в руке. Сигги лежал около своей подстилки, и было видно, что ему очень больно. Он весь съежился, глаза не фокусировались, взгляд остекленел. Я наклонился, нежно погладил его и понял, что он умирает. Я не знал, что делать с собакой в момент сердечного приступа, а парамедики не очень любят выезжать на помощь к животным. Я, конечно, не собирался делать ему искусственное дыхание. Я поднял Сигги и осторожно уложил на подстилку, а он скатился на бок и застыл. Его ноги были прижаты друг к другу, и казалось, что пес умер.

Дайте ребенку время найти себя, даже если кажется, что он этого не делает.

Я вернулся в кабинет, чтобы позвонить ветеринару, но Ширли позвала меня снова. Она внимательно рассмотрела неподвижную собаку и обнаружила природу проблемы. (Вы готовы к этому?) По бокам собачьих ног есть маленькие когти, и Сигги каким-то образом удалось зацепить их друг за друга! Вот почему он не мог двигаться и визжал, когда пытался ходить. В мире не найдется другой собаки, которая смогла бы нацепить на себя наручники (или налапники), но с Сигги все было возможно. Ширли отцепила когти на ногах, и разбитая старостью собака радостно забегала, как щенок.

Когда я стану стариком, размышляющим о радостях воспитания детей – Рождестве, походах и звонких голосах двух веселящихся детей в доме, – я также вспомню вздорного маленького пса по имени Зигмунд Фрейд и кроткую собачку, его преемницу, Минди, которые

принесли столько счастья нашей семье. Один из них был упрямым как мул, другая хотела все делать правильно. Но мы любили их обоих, и так же было с нашими детьми. Один из них был бунтарем, а другой – послушным (правда, вредничал время от времени). Они выросли, и из них получились хорошие люди, которые любят своих родителей (особенно меня) и глубоко преданы Иисусу Христу. Что может быть прекраснее этого?

«Для меня нет большей радости, чем слышать, что мои дети живут в верности истине».

(3-е от Иоанна, 1:4).

* * *

КОГДА ВЫ ДАРИТЕ КНИГУ, ВЫ ДАРИТЕ ЦЕЛЫЙ МИР

ХОТИТЕ ЗНАТЬ БОЛЬШЕ?

Заходите на сайт:

<https://eksmo.ru/b2b/>

Звоните по телефону:

+7 495 411-68-59, доб. 2261



ВАШ ЛОГОТИП
НА ОБЛОЖКЕ

ВАШ ЛОГОТИП НА КОРЕШКЕ

ОБРАЩЕНИЕ
К КЛИЕНТАМ
НА ОБЛОЖКЕ

ВОСПИТАНИЕ

С ЛЮБОВЬЮ И ПОНИМАНИЕМ

ДЖЕЙМС ДОБСОН

МОЙ МАЛЕНЬКИЙ БУНТАРЬ

КАК ВОСПИТЫВАТЬ
РЕБЕНКА

«С ХАРАКТЕРОМ»

«Доктор Джеймс Добсон предлагает родителям мудрые и практичные советы по воспитанию «трудных» детей, проверенные многолетним опытом и научными исследованиями».

GOODREADS



Сноски

1

Jon Meacham. Franklin and Winston: An Intimate Portrait of an Epic Friendship. New York: Random House. 2003. С. 15.

[Вернуться](#)

2

Примечание автора: Этот текст был немного отредактирован, чтобы преобразовать неточный «разговорный язык» в более читаемый «литературный», сохранив контекст.

[Вернуться](#)

3

Халк Хоган (род. 1953) – американский рестлер, актер и шоумен, 12-кратный чемпион в тяжелом весе (*прим. ред.*).

[Вернуться](#)

4

Henry Wadsworth Longfellow. There Was a Little Girl. Random Memories. Boston: Houghton Mifflin, 1922. С. 15.

[Вернуться](#)

5

John Caldwell Holt. Escape from Childhood: The Needs and Rights of Children. New York: Penguin Books, 1974.

[Вернуться](#)

6

«Семейный круг» (Family Circle) – американский ежемесячный журнал, выходящий с 1932 года (*прим. ред.*).

[Вернуться](#)

7

Jim Stingley. Advocating Children's Liberation. Los Angeles Times. 1974. 28 июля.

[Вернуться](#)

8

Raymond Corsini, Genevieve Painter. A Marvelous New Way to Make Your Child Behave. Family Circle. 1975. Апрель. С. 26.

[Вернуться](#)

9

Oklahoma State Department of Health Web page. Positive Discipline. <http://www.health.state.ok.us/program/mchecd/posdisc.html>.

[Вернуться](#)

10

L. S. Kabada. Discipline Debate: Parents, Parenting Experts Divided over Dealing with Children's Behavior. Chicago Tribune. 1999. 27 июня. CN 7.

[Вернуться](#)

11

Stella Chess, Alexander Thomas. Know Your Child: An Authoritative Guide for Today's Parents. New York: Basic Books. 1987.

[Вернуться](#)

12

Там же.

[Вернуться](#)

13

Там же.

[Вернуться](#)

14

Там же.

[Вернуться](#)

15

Там же.

[Вернуться](#)

16

Там же.

[Вернуться](#)

17

Там же.

[Вернуться](#)

18

T. J. Bouchard, L. L. Heston, E. D. Eckert, M. Keyes, S. Resnick. The Minnesota Study of Twins Reared Apart: Project Description and Sample Results in the Developmental Domain. 1981.

[Вернуться](#)

19

Там же.

[Вернуться](#)

20

M. McGue, D. T. Lykken. Genetic Influence on Risk of Divorce. Psychological Science. 1992. № 3. С. 368–373.

[Вернуться](#)

21

Там же.

[Вернуться](#)

22

James C. Dobson. Internal Study of 35,000 Parents. Впервые опубликовано в «Parenting Isn't for Cowards». Dallas: Word Publishing. 1987.

[Вернуться](#)

23

Dobson. Parenting Isn't for Cowards.

[Вернуться](#)

24

Цитируется из заключительного выступления генерала Дугласа Макартура. Уэст-Пойнт. 1962. 12 мая.

[Вернуться](#)

25

James C. Dobson. The New Dare to Discipline. Carol Stream, IL: Tyndale House Publishers. 1996.

[Вернуться](#)

26

B. Spock, S. J. Parker. Dr. Spock's Baby and Child Care. New York: Pocket Books. 1998.

[Вернуться](#)

27

Lisa Whelchel. Creative Correction. Carol Stream, IL: Tyndale House Publishers. 2000.

[Вернуться](#)

28

Susanna Wesle. The Journal of John Wesley: The Mother of the Wesleys. <http://www.ccel.org/w/wesley/journal/htm/vi.iv.xx.htm>.

[Вернуться](#)

29

Thomas Gordon. Parenting Effectiveness Training: The Proven Program for Raising Responsible Children. New York: Three Rivers Press. 2000.

[Вернуться](#)

30

Ronald Kotulak. Babies Learn to Reason Earlier than Thought, Researcher Finds. Chicago Tribune. 1999. 7 января. № 4.

[Вернуться](#)

31

Martha Sherrill. Mrs. Clinton's Two Weeks out of Time: The Vigil for Her Father, Taking a Toll Both Public and Private. The Washington Post. 1993. 3 апреля. № 1.

[Вернуться](#)

32

James C. Dobson, Bringing Up Boys. Carol Stream, IL: Tyndale House Publishers. 2001.

[Вернуться](#)

33

Parents May Worsen Terrible Twos. Fort Worth Star Telegram. 1995. 7 апреля. С 5. (April 7, 1999): 5.

[Вернуться](#)

34

Spock, Parker. Baby and Child Care.

[Вернуться](#)

35

Benjamin Spock. How Not to Bring Up a Bratty Child. Redbook. 1974.
Февраль. С. 29–31.

[Вернуться](#)

36

Там же.

[Вернуться](#)

37

Там же.

[Вернуться](#)

38

American Psychological Association Monitor 7. 1976. № 4.

[Вернуться](#)

39

T. Berry Brazelton. Toddlers and Parents: A Declaration of Independence. New York: Delacorte Press. 1974. С. 101–110.

[Вернуться](#)

40

Там же.

[Вернуться](#)

41

Oklahoma State Department of Health Web page. Positive Discipline.
[Вернуться](#)

42

Luther Woodward. Your Child from Two to Five. ed. Morton Edwards.
New York: Permabooks. 1955. С 95–96.

[Вернуться](#)

43

Там же.

[Вернуться](#)

44

Там же.

[Вернуться](#)

45

Там же.

[Вернуться](#)

46

Dobson. The New Dare to Discipline.

[Вернуться](#)

47

Печатается с разрешения «United Press International».

[Вернуться](#)

48

H. T. Harbin, D. J. Madden. Battered Parents: A New Syndrome. American Journal of Psychiatry 136. 1979. С. 1288–1291.

[Вернуться](#)

49

Автор неизвестен. Стихотворение “Behind in His Reading” было отправлено мне Фридой Карвер, бывшим библиотекарем передачи «Семья в центре внимания».

[Вернуться](#)

50

Patrice O’Shaughnessy, Michael S. C. Claffey, Russ Buettner, Robert Gearty, Anemona Hartocollis, Barbara Ross. Child’s Doomed Life. New York Daily News. 1995. 26 ноября, № 5.

[Вернуться](#)

51

Там же.

[Вернуться](#)

52

Там же.

[Вернуться](#)

53

Там же.

[Вернуться](#)

54

L. G. Russek, G. E. Schwartz. Perceptions of Parental Caring Predict Health Status in Midlife: A 35-Year Follow-Up of the Harvard Mastery of Stress Study. *Psychosomatic Medicine* 59. 1997. № 2. С. 144–149.

[Вернуться](#)

55

Там же.

[Вернуться](#)

56

Там же.

[Вернуться](#)

57

Там же.

[Вернуться](#)

58

Scott M. Montgomery, Mel J. Bartley, Richard G. Wilkinson. Family Conflict and Slow Growth. *Archives of Disease in Childhood* 77. 1997. С. 326–330.

[Вернуться](#)

59

Там же.
[Вернуться](#)

60

Там же.
[Вернуться](#)

61

Dobson. The New Dare to Discipline.
[Вернуться](#)

62

Den A. Trumbull, S. DuBose Ravenel. To Spank or Not to Spank.
Physician.
[Вернуться](#)

63

Там же.
[Вернуться](#)

64

Там же.
[Вернуться](#)

65

Внутренняя памятка. 28 Января 1982. Из телефонного разговора с Джоном Васконселлосом, Членом Ассамблеи от Калифорнии, где

упоминались рекомендации из доклада Комиссии по борьбе с преступностью и насилием.

[Вернуться](#)

66

Ben Sherwood. Even Spanking Is Outlawed: Once-Stern Sweden Leads Way in Children's Rights. Los Angeles Times. 1985. 11 августа. A2.

[Вернуться](#)

67

Kathleen Engman. Corporal Punishment v. Child Abuse: Society Struggles to Define 'Reasonable Force'. The Ottawa Citizen. 1996. 30 декабря. С. 8.

[Вернуться](#)

68

Marguerite and Willard Beecher. Parents on the Run: A Commonsense Book for Today's Parents. New York: Crown Publishers, Inc. 1955. С. 6–8.

[Вернуться](#)

69

Dobson. Parenting Isn't for Cowards.

[Вернуться](#)

70

U. S. Census Bureau. Census 2000 Summary.
http://factfinder.census.gov/servlet/QTTable?_bm=y&-geo_id=01000US&-qr_name=DEC_2000_SF1_U_QTP10&-ds_name=DEC_2000_SF1_U&-_lang=en&-_sse=on.

[Вернуться](#)

71

Nielsen Report. 2000.

[Вернуться](#)

72

MTV Media Kit. 1993.

[Вернуться](#)

73

Associated Press. 2004. 2 февраля. “По оценке Nielsen, 143,6 миллиона человек просмотрели хотя бы часть игры.”

[Вернуться](#)

74

D. Donahue. Struggling to Raise Good Kids in Toxic Times: Is Innocence Evaporating in an Open-Door Society? USA Today. 1998. 1 октября. D1.

[Вернуться](#)

75

Там же.

[Вернуться](#)

76

Ellen Edwards. Plugged-In Generation: More than Ever, Kids Are at Home with Media. Washington Post. 1999. 18 ноября. A1.

[Вернуться](#)

77

David Bauder. Survey: It May Not Be Punishment to Send Children to Their Rooms. Associated Press. 1997. 26 июня.

[Вернуться](#)

78

Dobson. Bringing Up Boys.

[Вернуться](#)

79

Urie Bronfenbrenner. The Social Ecology of Human Development. Brain and Intelligence: The Ecology of Child Development. Ed. Fredrick Richardson. Hyattsville, Md. National Educational Press. 1973.

[Вернуться](#)

80

K. Bosworth, D. L. Espelage, T. R. Simon. Factors Associated with Bullying Behavior in Middle School Students. Educational Research 41. 1999. № 2. С. 137–153.

[Вернуться](#)

81

Maria Bartini, Anthony Pellegrini. Dominance in Early Adolescent Boys: Affiliative and Aggressive Dimensions and Possible Functions. Merrill-Palmer Quarterly 2001.

[Вернуться](#)

82

Shannon Brownlee, Roberta Hotinski, Bellamy Pailthorp, Erin Ragan, Kathleen Wong. Inside the Teen Brain. US News & World Report. 1999. 9 августа. С. 44.

[Вернуться](#)

83

Там же.

[Вернуться](#)

84

Там же.

[Вернуться](#)

85

B. S. Bowden, J. M. Zeisz. Supper's On! Adolescent Adjustment and Frequency of Family Mealtimes. Документ представлен во время 105-го ежегодного собрания Американской психологической ассоциации. Чикаго. 1997.

[Вернуться](#)

86

Топливная карта – платежная пластиковая карта, которой можно расплачиваться при заправке автомобиля, а также покупать товары в магазинах при АЗС. Часто такие карты имеют кредитный лимит (*прим. ред.*).

[Вернуться](#)

87

Daisy Yu. A Consumer Underclass: Scorned Teens. Los Angeles Times 2001. 18 марта. B13.

[Вернуться](#)

88

Там же.

[Вернуться](#)

89

James Brooke. "Terror in Littleton: The Overview: 2 Students in Colorado School Said to Gun Down As Many As 23 and Kill Themselves in a Siege. The New York Times. 1996. 21 апреля. A6.

[Вернуться](#)

90

Patricia Hersch. A Tribe Apart: A Journey into the Heart of American Adolescence. New York: Ballantine Books. 1999.

[Вернуться](#)

91

M. D. Resnick, P. S. Bearman, R. W. Blum, K. E. Bauman, K. M. Harris, J. Jones, J. Tabor, T. Beuhring, R. Sieving, M. Shew, M. Ireland, L. H. Bearinger, J. R. Udry. Protecting Adolescents from Harm: Findings from the National Longitudinal Study on Adolescent Health. Journal of the American Medical Association 278. New Analyses of National Data Reveal Risk, Protective Factors for Youth Violence and Other Risks, Leading Researchers Report at Capitol Hill Briefing. PR Newswire. 1999. 3 июня.

[Вернуться](#)

92

Andrea Billups. The State of Our Nation's Youth: Most Teenagers Rate Parents. Number 1: Poll Shows Fear of Violence, Worry over Decline of Families. The Washington Times. 1999. 11 августа. А6.

[Вернуться](#)

93

Barbara Kantrowitz, Pat Wingert, Anne Underwood, "How Well Do You Know Your Kid? Newsweek. 1996. 10 мая. С. 36.

[Вернуться](#)

94

Michael Medved, David Wallechinsky. What Really Happened to the Class of '65? New York: Random House, Inc. 1976.

[Вернуться](#)

95

Там же.

[Вернуться](#)

96

Чирлидер (от *англ.* cheer – поддерживать команду и lead возглавлять) – участница группы поддержки, развлекающей зрителей во время пауз на спортивных мероприятиях (*прим. ред.*).

[Вернуться](#)

97

Там же.
[Вернуться](#)

98

Там же.
[Вернуться](#)

99

Там же.
[Вернуться](#)

100

Domeena C. Renshaw. The Hyperactive Child. Chicago. Nelson-Hall Publishers. 1974.

[Вернуться](#)

101

Deborah Davis Locker. Bomb Threats Shake Hartland District: Schools Boost Security, Add Cameras after Six Warning Notes Are Left. The Detroit News. 2002. 5 ноября. C5.

[Вернуться](#)

102

© 1994 TIME Inc., печатается с разрешения.

[Вернуться](#)

103

Dennis Swanberg, Diane Passno, Walt Larimore. Why A. D.H.D. Doesn't Mean Disaster. Carol Stream, IL: Tyndale House Publishers. 2004.

Russell A. Barkley. Attention Deficit Hyperactivity Disorder. Онлайн-лекция. Медицинский центр при университете в Массачусетсе. Вустер. Mass.

[Вернуться](#)

104

Claudia Wallis. Life in Overdrive: Doctors Say Huge Numbers of Kids and Adults Have Attention Deficit Disorder: Is It for Real? Time. 1994. 18 июля. С. 42.

[Вернуться](#)

105

Swanberg, Passno, Larimore. Why A. D.H.D. Doesn't Mean Disaster.

[Вернуться](#)

106

Там же.

[Вернуться](#)

107

Там же.

[Вернуться](#)

108

Там же.

[Вернуться](#)

109

Edward Hallowell, John Ratey. Driven to Distraction: Recognizing and Coping with Attention Deficit Disorder from Childhood through Adulthood. New York. Simon & Schuster. 1995. С. 73–76.

[Вернуться](#)

110

Wallis. Life in Overdrive. С. 42.

[Вернуться](#)

111

L. Goldman, M. Genel, R. Bezman, P. Slanet. Diagnosis and Treatment of Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder in Children and Adolescents. Journal of the American Medical Association. 1998. Апрель. С. 1100–1107.

[Вернуться](#)

112

J. P. Guevara, M. T. Stein. Evidence Based Management of Attention Deficit Hyperactivity Disorder. British Medical Journal. 2001. Ноябрь. С. 1232–1235.

[Вернуться](#)

113

G. B. LeFever, K. V. Dawson, A. L. Morrow. The Extent of Drug Therapy for Attention Deficit-Hyperactivity Disorder among Children in Public Schools. American Journal of Public Health. 1999. Сентябрь. С. 1359–1364.

[Вернуться](#)

114

Отчет центров Centers for Disease Control and Prevention. 2002. Май.
<http://www.cdc.gov/nchs/releases/02news/attendefic.htm>.

[Вернуться](#)

115

R. J. DeGrandpre. Ritalin Nation: Rapid-Fire Culture and the Transformation of Human Consciousness. New York. W. W. Norton & Company. 2000.

[Вернуться](#)

116

D. Papolos, J. Papolos. The Bipolar Child. New York. Broadway Books. 1999. Глава 6.

[Вернуться](#)

117

S. Pliszka. The Use of Psychostimulants in the Pediatric Patient. Pediatric Clinics of North America. 1998. Октябрь. С. 1087. Ссылки на J. Elia, B. G. Borcharding, J. L. Rapoport, C. S. Keysor. Methylphenidate and Dextroamphetamine Treatments of Hyperactivity: Are There True Nonresponders? Psychiatry Research. 1991. Февраль. С. 141–155.

[Вернуться](#)

118

Medication for Children with Attentional Disorders. American Academy of Pediatrics Committee on Children with Disabilities and Committee on Drugs. Pediatrics. 1996. Август. С. 301–304.

[Вернуться](#)

119

C. J. Musser, P. A. Ahmann, F. W. Theyer, P. Mundt, S. K. Broste, N. Mueller-Rizner. Stimulant Use and the Potential for Abuse in Wisconsin As Reported by School Administrators and Longitudinally Followed Children. Journal of Developmental Behavior Pediatrics. 1998. Июнь. С. 187–192.

[Вернуться](#)

120

Mari Yamaguchi. Japan Develops Gadget to Alert Bed-Wetting Children. Associated Press. 1999. 20 апреля.

[Вернуться](#)

121

Willard Hartup.
<http://www.personal.psu.edu/faculty/j/g/jgp4/research/clippings/rroom.htm>.

[Вернуться](#)

122

J. J. Gillis, J. W. Gilger, B. F. Pennington, J. C. DeFries. Attention Deficit Disorder in Reading Disabled Twins: Evidence for a Genetic Etiology. Journal of Abnormal Child Psychology. 1992. Июнь. С. 303–315.

[Вернуться](#)

123

Renshaw The Hyperactive Child. С. 118–120.

[Вернуться](#)

124

Генри Уинклер (род. 1945) – американский актер, режиссер, продюсер и сценарист; известен по роли Фонзи в ситкоме 1970-х «Счастливые дни» (*прим. ред.*).

[Вернуться](#)

125

C. S. Lewis. The Four Loves. New York. Harvest Books. 1971.

[Вернуться](#)